

جامعة محمد بوضياف - المسيلة -

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر

في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

شعبة : التدريب الرياضي

تخصص: تحضير بدني وذهني



دور القدرات التوافقية في تحسين دقة

الضرب الساحق في الكرة الطائرة

دراسة ميدانية على مدربي أندية برج بوعريريج للكرة الطائرة

إشراف الدكتور:

✓ منجحي مخلوف

إعداد الطلبة :

✓ بن الضيف عمار

السنة الجامعية : 2015/2014

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

رَفَعْنَا رُجُلَكَ مِنَ النَّارِ وَنَقَرْنَا

كُلَّ ذِي عِلْمٍ عَلِيمٍ

سورة يوسف

الآية 76



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



الحمد لله المعبود في كل مكان المقصود في كل زمان المشكور على كل لسان أما بعد

بسم الله والصلاة والسلام على رسول الله وعلى آله ومن والاه

قال تعالى: ﴿ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ

وَأَدْخُلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ ﴾ سورة النمل الآية ﴿19﴾

في بادئ الأمر الحمد لله حمدا كثيرا على توفيقه لنا لإتمام هذا العمل المتواضع

و نتقدم بالشكر الجزيل إلى الأستاذ المشرف "مخلوف منجمي"

* قم للمعلم وفيه تبجيلا كاد المعلم أن يكون رسولا *

إلى الذين مهدوا لنا طريق العلم والمعرفة نتقدم لهم بالشكر الجزيل

إلى كل من علمنا ولو حرفا من الطور الإبتدائي إلى الطور الجامعي

ونشكر كذلك كل أساتذة وعمال معهد العلوم و تقنيات

النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة دون استثناء

ولا يفوتنا أن نتقدم بجزيل الشكر إلى كل من قدم يد المساعدة في إنجاز هذا البحث

إلى الدكتورة أمال إبراهيم محمد من جامعة السودان

إلى كل من يحب الجزائر



إهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

« قُلِ اعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ » (التوبة: 105)

صدق الله العظيم

بدأنا بأكثر من يد وقاسينا أكثر من هم وعانينا الكثير من الصعوبات وها نحن اليوم والحمد لله
نطوي سهر الليالي وتعب الأيام وخالصة مشوارنا بين دفتي هذا العمل المتواضع .

إلى منارة العلم و الإمام المصطفى إلى سيد الخلق إلى رسولنا الكريم سيدنا محمد صلى الله
عليه وسلم.

إلى من حصد الأشواك عن دربي ليمهد لي طريق العلم ، إلى من كلل العرق جبينه , وشققت
الأيام يديه

إلى من علمني أن الأعمال الكبيرة لا تتم إلا بالصبر والعزيمة و الإصرار
إلى والدي العزيز أطل الله بقاءه، وألبسه ثوب الصحة والعافية، ومتعني ببره ورد جميله ،
أهدي ثمرة من ثمار غرسه .

إلى من أروضتني الحب والحنان، إلى رمز الحب ويلسم الشفاء ، إلى من نذرت عمرها في أداء
رسالة صنعتها من أوراق الصبر وطرزتها في ظلام الدهر على سراج الأمل بلا فتور
أمي الحبيبة فأنت زهرة الحياة ونورها جزاك الله خيراً وأمد في عمرك بالصالحات .

إلى سندي وقوتي وملاذي بعد الله إلى من آثروني على أنفسهم إلى من علموني علم الحياة إلى
من أظهروا لي ما هو أجمل من الحياة إلى أخوتي و أخواتي.

إلى من سرنا سوياً ونحن نشق الطريق معاً نحو النجاح والإبداع إلى من تكاتفنا يداً بيد ونحن
نقطف زهرة الحياة إلى أصدقائي (يونس , هشام , زهير ,) إلى زملاء الفوج 04.

إلى من علمونا حروفاً من ذهب وكلمات من درر وعبارات من أسمى وأجلى عبارات في العلم
إلى من صاغوا لنا علمهم حروفاً ومن فكرهم منارة تنير لنا سيرة العلم والنجاح إلى أساتذتنا
الكرام.

إلى من كانت ملاذي وملجئي إلى من تحلت بالموودة وتميزت بالوفاء والعطاء م م م .

الضيف عمار

فهرس المحتويات

العنوان الصفحة

شكر وعران

قائمة الجداول

أ..... مقدمة

الفصل الأول: الخلفية النظرية والدراسات السابقة

04.....	تمهيد
05.....	1- تاريخ ونشأة كرة الطائرة
05.....	1-1 خصائص لعبة كرة الطائرة:.....
06.....	1-3- الصفات البدنية في الكرة الطائرة.....
08.....	1-4- الأداء المهاري في الكرة الطائرة:.....
09.....	2- القدرات التوافقية :.....
09.....	2-1- مكونات القدرات التوافقية.....
09.....	2-1-1- القدرة على تقدير الوضع.....
10.....	2-1-2- القدرة على الربط الحركي :.....
10.....	2-1-3- القدرة على بذل الجهد المناسب.....
10.....	2-1-4- القدرة على التوازن:.....
10.....	2-1-5- القدرة على الايقاع الحركي:.....
10.....	2-1-6- القدرة على الإستجابة السريعة:.....
10.....	2-2- أهمية القدرات التوافقية
11.....	2-3- مميزات تدريب القدرات التوافقية.....
11.....	2-4- أهداف تدريب القدرات التوافقية :.....
12.....	2-5- القواعد الرئيسية في تنظيم تدريب القدرات التوافقية.....
12.....	3- التوافق:.....
13.....	3-1- التوافق الحركي.....
13.....	3-1-1- أنواع التوافق الحركي.....
14.....	3-2- طرائق أو أساليب تطوير التوافق الحركي.....

14.....	3-3- التوافق العضلي العصبي:
14.....	3-4- أهمية التوافق في الكرة الطائرة:
15.....	4- الدقة الحركية:
15.....	4-1- أهمية الدقة في الكرة الطائرة:
16.....	5- مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة :
17.....	5-1- أهمية الضرب الساحق بالكرة الطائرة :
17.....	5-2- مراحل الأداء الفني لمهارة الضرب الساحق :
17.....	5-2-1- مرحلة الخطوات التقريبية :
18.....	5-2-2- مرحلة الارتقاء (الوثب):
18.....	5-2-3- مرحلة الضرب:
18.....	5-2-4- مرحلة الهبوط :
19.....	6- الدراسات السابقة و المشاهدة :
22.....	7- تحليل الدراسات السابقة والمشاهدة و مقارنتها بالدراسة الحالية :
24.....	8- استثمار الدراسات السابقة والمشاهدة :
25.....	خلاصة.....

الفصل الثاني: الإطار العام للدراسة

27.....	تمهيد.....
28.....	1- ضبط المفاهيم و المصطلحات.....
30.....	2- إشكالية الدراسة.....
31.....	3- التساؤلات الجزئية.....
31.....	4- أهداف الدراسة:
32.....	5- أهمية الدراسة:
32.....	6- الفرضيات :::
33.....	خلاصة.....

الفصل الثالث: الإجراءات الميدانية للدراسة

35.....	تمهيد.....
36.....	1- الدراسة الاستطلاعية.....

36	2- المنهج المتبع في الدراسة.....
36	3- مجتمع و عينة الدراسة.....
37	4- أدوات جمع البيانات و المعلومات.....
37	4-1- الإستبيان.....
37	4-2- الخصائص السيكومترية للأداة.....
40	5- إجراءات التطبيق الميداني للأداة.....
41	6- الأساليب الإحصائية.....

الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

43	1- عرض وتحليل النتائج.....
66	2- تحليل و مناقشة وتفسير النتائج في ظل محاور الدراسة:.....
68	2-1- مناقشة الفرضية الأولى.....
71	2-2- مناقشة الفرضية الثانية.....

الفصل الخامس: إستنتاجات و إقتراحات

74	1- استنتاجات عامة.....
75	2- إقتراحات.....
76	3- الأفاق المستقبلية للدراسة.....
78	4- المراجع المعتمدة في الدراسة:.....
	5- الملاحق
	6- ملخص الدراسة

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
38	يمثل آراء المحكمين حول عبارات المحور الأول.	01
39	يمثل آراء المحكمين حول عبارات المحور الثاني.	02
39	يمثل معامل بيرسون للإرتباط بين العبارات و المحاور.	03
40	يمثل معامل الإرتباط ألفا كرونباخ للثبات .	04
43	يوضح مدى تأثير القدرة على تقدير الوضع في إختراق الكرة لجدار الصد.	05
44	يوضح دور الربط الحركي في إتقان مهارة الضرب الساحق.	06
45	يوضح ضرورة تمتع اللاعب الضارب بالقدرة على التوازن.	07
46	يوضح إحتياج اللاعب لبذل الجهد المناسب عند أداء مهارة الضرب الساحق.	08
47	يوضح مدى إحتياج اللاعب للقوة البدنية لأداء مهارة الضرب الساحق.	09
48	يوضح تأثير تقدير اللاعب للوقت المناسب لضرب الكرة في إختراق جدار الصد.	10
49	يوضح مدى تأثير الإستجابة السريعة في نجاح الضرب الساحق.	11
50	يوضح مدى إحتياج اللاعب لايقاع حركي لأداء مهارة الضرب الساحق.	12
51	يوضح مساهمة تقدير اللاعب للمتغيرات داخل الملعب في نجاح الضرب الساحق.	13
52	يوضح مدى ضرورة سرعة رد الفعل من طرف اللاعب الضارب.	14
53	دور التمرکز الجيد في الملعب للاعب الضارب في تفادي حائط الصد.	15
55	دور بذل الجهد المناسب في وصول الكرة للمساحات البينية في منطقة الخصم.	16
56	يوضح دور القدرات التوافقية للاعب في قراءة المتغيرات داخل الملعب.	17

57	دور الإستجابة السريعة في زيادة القدرة على الضرب الساحق .	18
58	يوضح دور القدرة على الإرتقاء في كشف المساحات البينية .	19
59	يوضح مدى إحتياج اللاعب للقوة البدنية لأداء مهارة الضرب الساحق.	20
60	يوضح مدى مساهمة الإيقاع الحركي في نجاح مهارة الضرب الساحق و إيجاد الثغرات.	21
61	يوضح مدى إحتياج اللاعب للقوة البدنية لأداء مهارة الضرب الساحق.	22
62	يوضح دور الربط الحركي في وصول الكرة للمساحات البينية.	23
63	مدى مساهمة تمتع اللاعب بالدقة في نجاح مهارة الضرب الساحق.	24
64	يوضح علاقة القوة في ضرب الكرة بوصولها للمساحات البينية .	25
65	يوضح مدى مساهمة سرعة رد الفعل في دقة الضرب الساحق و إيصال الكرة لمنطقة الخصم.	26
67	يوضح آراء المدربين حول دور القدرات التوافقية في دقة إجتياز الضرب الساحق لجدار الصد.	27
70	دور القدرات التوافقية في نجاح وصول الضرب الساحق للمساحات البينية.	28

مقدمة

لقد حقق العلم قفزات نوعية كبيرة في الميدان الرياضي ولا يزال في تطور مستمر لتحقيق تقدم أفضل حيث لعب طموح باحثيها دوراً أساسياً في الاعتماد على العلوم الطبيعية ليكون المنطلق للتقدم و الرقي , وكان تعلم التدريب الرياضي واحدة ممن اهتموا إليه من العلوم.

فمع ما وصل إليه التدريب الرياضي في ضل التطور التقني على المستوى العلمي , بدأ العلم من حيث إنتهى إليه الآخرون بالخطوة الأولى في دولنا ، و بذلك فإن جمعنا للمواد العلمية من المصادر العلمية الجديدة يعد نبزاً للمتمكنين في علم التدريب الرياضي بصفة عامة , ومدرسة لطلبة علم التدريب الرياضي في مجال تخصصات الألعاب والفعاليات الرياضية بصفة خاصة ويرتبط الإعداد ويتحدد وفقاً للمتطلبات الخاصة بنوع النشاط , حيث يحتاج اللاعب إلى مستوى عال من اللياقة البدنية تسمح له بالاستفادة من المهارات بدرجة عالية وتنفيذ الواجبات الخططية و المهارة بكفاءة عالية طوال زمن المنافسة.

ولهذا تعتمد عملية التدريب المبدئي على نتائج الدراسات والبحوث الخاصة بتحليل النشاط الحركي لفرق المستويات العالية من واقع المباريات الفعلية لتحديد المتطلبات البدنية التي تمثل في حد ذاتها أسس عامة يتم على ضوءها وضع محتوى برامج التدريب .⁽¹⁾

إن العلاقة بين المهارات الأساسية للعبة الكرة الطائرة ومتطلباتها البدنية المختلفة (العامة , الخاصة) هي علاقة وثيقة يجب أن توضع في الإعتبار عند إعداد اللاعبين , وأن لا يكون هناك انفصال بين الأعدادين المهاري والبدني بل على العكس يجب أن يتم تنمية العناصر البدنية بما يتفق مع متطلبات المهارة , فذلك يحقق نجاحاً في عملية التدريب وبالتالي الإرتقاء بمستوى اللاعبين , فعندما يمتلك اللاعب الصفات البدنية بدرجة عالية يستطيع أداء جميع المهارات بصورة جيدة , فالمكون البدني يعتبر أحد أركان التدريب الذي يعتمد عليه في تنمية اللاعب وهو من الأسس الهامة الذي يشترك مع المهارات الحركية في تكوين اللاعب من الناحية البدنية .

ويؤثر الأداء المهاري الجيد تأثيراً كبيراً في تحقيق نتائج إيجابية لصالح الفريق حيث تلعب آلية المهارة دوراً بارزاً في عملية إتقان ونجاح طريقة اللعب بدرجة عالية مما يؤدي إلى إرباك الفريق المنافس وفقدانه السيطرة على مجريات اللعب، وبالتالي يستطيع الفريق المهاجم ذو السيطرة الميدانية بفضل المهارات العالية للاعبين أن يأخذ زمام المبادرة وذلك بالتواجد في أماكن ومواقف جيدة تسهل له القدرة على القيام بالواجب الدفاعي والهجومى على أكمل وجه , وتعتمد غالبية أنظمة الهجوم على إجادة معظم اللاعبين المهاجمين لأشكال الضرب المختلفة ومن الأماكن المختلفة واختيار كل لاعب مهاجم للأشكال التي يجيدها إجادة تامة وعلى إتفاق كل من المعد واللاعبين المهاجمين للحصول على نسبة عالية من الضرب الهجومى واستغلال بعض الفرص الفردية بعيداً عن العمل الجماعي حيث يتهيب التفوق في مستوى الأداء المهاري الهجومى في إحراز النقاط ونتائج المباريات.

1-سعد حماد الجميلي:الكرة الطائرة، مبادئها و تطبيقاتها الميداني، ط1، دار الجلة، عمان2006، ص . 21

كما شهدت السنوات الأخيرة تطوراً كبيراً في فنون لعبة الكرة الطائرة سواء كان ذلك فيما يتعلق بالدفاع أو الهجوم كما استخدمت تركيبات حديثة ومتنوعة إستغلها اللاعبون المهاجمون باتفاق مما أدى إلى إرتفاع الأداء والمنافسة و تلعب المهارات الأساسية في الكرة الطائرة دوراً هاماً وحيوياً في ممارسة اللعب وهناك ارتباطاً وثيقاً بين المهارات الهجومية والدفاعية، ونظراً لتفوق الفرق في أداء المهارات الدفاعية (حائط الصد - الدفاع عن الملعب - الدفاع عن الإرسال)، وابتكار طرق وخطط وتركيبات دفاعية من شأنها الارتقاء بالشق الدفاعي علي حساب الشق الهجومي كان من الضروري العمل على تحقيق التوازن بين العمليات الهجومية والعمليات الدفاعية والذي يستلزم تطوير الجانب الهجومي المتمثل في الضرب الساحق حيث تعددت أنواع الهجوم وشملت الهجوم (المواجه، والدوران، والسريع، وبالرسغ، وبالخداع، والخطافي).

ويسعي البحث الحالي للتعرف على الدور الذي تلعبه القدرات التوافقية في تحسين دقة الضرب الساحق و ذلك من خلال إبراز أهم النقاط و المتغيرات التي من خلالها يمكننا تحقيق هذا المنطلق و ذلك من خلال دراسة الدور الذي تلعبه القدرات التوافقية في دقة إجتياز الضرب الساحق لجدار الصد و كذا دورها في إيصال الكرة للمساحات البينية، فالقدرات التوافقية هي عبارة عن قدرات من شأنها صنع الفارق في الأداء المهاري وخاصة الضرب الساحق الذي يعتبر النقطة الفاصلة في المباراة⁽¹⁾.

و لقد قمنا بتقسيم دراستنا إلى خمسة فصول سنذكرها بالترتيب كالاتي :

الفصل الأول: الخلفية النظرية والدراسات السابقة , تكلمنا فيها عن نشأة الكرة الطائرة و خصائص اللعبة بالإضافة إلى القدرات التوافقية و مكوناتها , كما تكلمنا عن أهميتها و تدريباتها و الدقة الحركية في الكرة الطائرة ومهارة الضرب الساحق و خطواتها , بالإضافة إلى ذكر الدراسات السابقة و المشاهدة و مقارنتها بالدراسة الحالية.

الفصل الثاني: الإطار العام للدراسة , و تناولنا فيه الكلمات الدالة في الدراسة و المفهوم اللغوي و الإصطلاحي والإجرائي لجميع مؤشرات البحث , كما قمنا بصياغة الإشكالية و حددنا أهداف و أهمية الدراسة و أخيراً فرضيات الدراسة.

الفصل الثالث: في هذا الفصل إستعرضنا الإجراءات الميدانية للدراسة التي إتبعناها بإعطاء فكرة حول الدراسة الإستطلاعية و المنهج المتبع , بالإضافة إلى مجتمع و عينة البحث و كيفية إختيارها و الأدوات المستعملة في جمع البيانات و المعلومات.

الفصل الرابع: عرض النتائج و تفسيرها و مناقشتها , لقد حاولنا من خلاله إعطاء بعض التحليل و النتائج لإزالة الغموض , بالإضافة إلى تحليل نتائج المحاور في ظل فرضيات الدراسة.

الفصل الخامس: تم إدراجنا في هذا الفصل لإستنتاجات عامة حول الدراسة و ما تليها من إقتراحات و آفاق مستقبلية .

1-لين وديع فرج:الكرة الطائرة، دليل المعلم و المدرب واللاعب، منشأة المعارف، الإسكندرية، مصر 1990، ص 19.

الفصل الأول

الخلفية النظرية

والدراسات السابقة

تمهيد:

إن ضرورة التطور وظهور تقنيات حديثة وجديدة تستخدم في كل زمان ومكان دليل على إستمرارية عملية والتغيير، لأن العالم الذي نعيش فيه عالم متطور وسريع ونؤيد أن هناك تطور في المستقبل سوف يكون، و يجب أن نؤقلم أنفسنا على هذا التغيير .

و يتجلى ذلك في قول الله سبحانه وتعالى في محكم آيات التنزيل في سورة الرعد بعد بسم الله الرحمن الرحيم "لَهُ مُعَقَّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمَنْ خَلْفَهُ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِّنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ" (قرآن كريم: سورة الرعد، الآية 11).

وقوله تعالى أيضا في سورة النحل "وَالْخَيْلِ وَالْبِغَالِ وَالْحَمِيرِ لِتَرْكَبُوهَا وَزِينَةً وَيَخْلُقُ مَا لَا تَعْلَمُونَ" (قرآن كريم: سورة النحل، الآية 08).

لقد أثبتت العديد من البحوث والدراسات أهمية الاستخدامات التطبيقية لبعض الأدوات والمواد والأجهزة والتمارين المساعدة المختلفة منفردة كانت أم مجتمعة في عمليات التعلم بوجه عام والتعلم الحركي بوجه خاص، وهذه الأهمية تجلت في مساعدة الأفراد معلمين ومتعلمين جميعاً على فهم واجتياز المراحل التعليمية المختلفة وأسهمت في تقليل الجهد والتكاليف واختصار الوقت للوصول إلى الأهداف المرجوة لتلك العمليات و المراحل .

وفي عمليات اكتساب وإتقان الحركات والمهارات الرياضية المختلفة تتجلى أهمية تلك الاستخدامات التطبيقية

بشكل أكبر وذلك لأن معظم تلك الأنشطة أو المهارات تتضمن حركات صعبة ومركبة ومتداخلة تحتاج في كثير من الأحيان إلى التبسيط والتدرج وحتى التجزئة أحيانا" لتلك الحركات في بداية المرحلة التعليمية وصولاً" بالمتعلم إلى القدرة على أدائها بشكلها المركب كمهارة كاملة فيما بعد .

وتعتبر حركات الكرة الطائرة بمختلف أنواعها ضمن تلك المهارات أو الحركات التي يتطلب أدائها اكتساب

قدرة توافقية جيدة من قبل المتعلم ليستطيع أداء أجزاء أو حركات تلك المهارة بتوافق عالي والذي يمكن الوصول إليه بمساعدة الوسائل التعليمية المختلفة ولاسيما استخدام التمارين الخاصة بالتوافق وتطوير قدرة المتعلم على أداء أكثر من حركة لأجزاء الجسم المختلفة في وقت واحد , فأداء مهارة الضرب الساحق بأي نوع من أنواعها الأربعة يتطلب من المتعلم تحريك كل من الرجلين والذراعين والجذع معا" في وقت واحد وباتجاهات أو مسارات حركية مختلفة حسب نوع الضرب الساحق مما يتطلب مستوى جيد من التوافق الحركي الذي يمكن إكتسابه وتطويره عن طريق التركيز على استخدام التمارين المساعدة العامة والخاصة باعتبارها جزء مهم حيث تساعد اللاعبين على اكتساب المهارات بشكل دقيق و متكامل و من بين المهارات مهارة الضرب الساحق.

1- تاريخ ونشأة الكرة الطائرة:

فكرة طيران الكرة في الهواء وإعادتها هي لعبة قديمة جدا أي منذ 3000 سنة تقريبا قبل الميلاد، مما تدل عليها الآثار الموجودة في مقابر الفراعنة في بن حسن.

وهناك صور أخرى قديمة في أمريكا واندونيسيا تشير إلى قذف الكرة ولقفيها من جانب إلى آخر، وذلك منذ حوالي 2000 سنة، أما في اليابان قديما فقد كانت محاولات لعبة الكرة تدور حول قذف الكرة في هدف ما، وهناك معلومات وتقارير نظرية تشير إلى أنه في البرازيل وفي شمال أمريكا كانت محاولات لعب الكرة تقام بين فريقين كل منهما يحاول الحصول على الكرة ويرميها إلى فريقه.

أما حديثا فيقال أن الشعب الإيطالي عرف لعبة تشبه الكرة الطائرة خلال العصور الوسطى، ثم انتقلت إلى ألمانيا عام 1893 وكانت تسمى في ذلك الوقت "فوست بول".

ويرجع منشأ الكرة الطائرة إلى "ويليام مورغان" مدرس التربية البدنية والمدير السابق لجمعية الشبان المسيحية ببوليود بولاية "ماساشوستي" وقد أطلق عليها اسم "المينو نيب" وقد شاهد هذه اللعبة "د.هالستيد" حيث اقترح تغيير اسمها إلى الكرة الطائرة، ونظرا لأن الفكرة الرئيسية للعب هي طيران الكرة عاليا، وخلفا، وأماما لعبور الشبكة وكان هذا 1895.

(1.84)

6

"

"

فقد صنعوا كرة أصغر تناسب مع تأدية اللعبة، وقد انتشرت لعبة كرة الطائرة في العالم أجمع منذ ذلك الوقت، ومما ساعد على انتشارها بين الشباب هو رغبتهم في إيجاد ألعاب صيفية كالألعاب الشتوية (البيسبول، كرة القدم، مسابقات الميدان (

1-1- خصائص لعبة كرة الطائرة:

إن لعبة كرة الطائرة بطابعها جماعية، ممثلة بفريقين اثنين، كل فريق يتكون من ستة (06)

: 18 متر وعرضه: 09 أمتار، مجهز بشبكة عالية تتموقع في منتصف الملعب، ويختلف ارتفاعها باختلاف

الأصناف والأجناس، تلعب الكرة برميها بالأيدي أو الساعد، ومحو اللعب يتمثل في إرسال الكرة فوق الشبكة إلى

بضرب الكرة من أجل إرسالها إلى

يحق للفريق استعمال ثلاث إرسالات أو لمسات قبل إرسالها إلى ميدان الخصم بغض النظر عن لمسة الصد، مع

العلم أنه لا يحق للاعب الواحد استعمال لمستين متتاليتين للكرة باستثناء حالات (1).

1-3- الصفات البدنية في الكرة الطائرة :

. نب البدني مع توظيف الإمكا

ثرة كونها العامل المهم في حسم المباراة وخاصة عند تقارب وتساوي

المستوى المهاري لدى الفرق ، وتزداد أهمية هذه الصفات خاصة لدى الناشئين لأنها تعد الدعامة الأساسية في أداء

مهارات الكرة الطائرة بصورة سليمة ومناسبة ويتم تأكيد العناصر البدنية كافة بصورة عامة التي

عامة للصفات البدنية لدى الناشئين وتطور هذه الصفات مع بعضها البعض .

بھ

والتحمل من أجل تكامل الأداء والإرتقاء إلى المستويات

والقوة الانفجارية واحدة من الصفات المهمة التي يحتاجها لاعب الكرة الطائرة وبامتلاك هذه الصفة سيستطيع اللاعب

تنفيذ المهارات بصورة متقنة وجيدة ، أما في حالة فقدته

الساحق وحائط الصد ، وتشير " فاتن محمد رشيد " إلى أن القوة الانفجارية تعد من العناصر المهمة التي ترتبط بالأداء

المهاري ونجاحه في عمل الضرب الساحق وحائط الصد والإرسال الساحق⁽¹⁾

أن القوة الانفجارية تعد أهم الصفات البدنية التي ترتبط ارتباطاً إيجابياً بالأداء المهاري ، فهي العامل الأساسي في القدرة

والتحمل العضلي ، ومن العناصر المهمة أيضاً القوة المميزة بالسرعة وتظهر هذه الصفة وبصورة خاصة عند لاعبي ا

الطائرة وخصوصاً عندما تم تغيير نظام اللعب مما يتطلب المزيد من هذه الصفة ، فقد أكد " بسطويسى " نقلاً عن "

زيجفرت " Zigfert " في البحث في أهمية هذه الصفة هو مدى احتياج لاعبي الكرة الطائرة وخاصة في

المباريات الحاسمة " ، والقوة المميزة بالسرعة التي ترتبط بدرجة إتقان الأداء المهاري .

ن لاعبي الكرة الطائرة يؤدون القفز على الشبكة مرات ومرات ولكن في كل مرة يحتاج اللاعب إلى بذل قوة مميزة بالسرعة

بهدف مباغته اللاعب المنافس فإذا لم يتصف بهذه الصفة سنجد أن مستواه في القفزات الأخيرة يكون دون المستوى .

أما السرعة فهي من الصفات البدنية الفعالة لمعظم المهارات الأساسية في الكرة الطائرة ، إذ أشار " مروان عبد المجيد " إلى

أن السرعة إحدى عوامل الأداء الناجح في الكثير من الأنشطة الرياضية .

(2) . تھ

1-عقيل الكاتب: في كتاب التدريب , 1 , 1980, 79 .

2-محمد حسن علاوي : في كتاب الأسس العلمية للكرة الطائرة دار الفكر العربي , 1 , 1996 , 79 .

إذ تحدث في المباريات حركات سريعة فلاعب الكرة الطائرة لا يستطيع التحرك إلى الكرة للإستحواذ عليها في غياب
لا يتم في غياب سرعة الأداء فكلما ك

والسرعة من الصفات البدنية الفعالة لمعظم المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة لتعدد المواقف المفاجئة في أثناء المباراة
وأنها أكثر الصفات فاعلية لمهارتي الدفاع عن الملعب والدفاع عن
نه

لكثير من المهارات الرياضية ، وبذلك يتوقف مستوى الأداء الحركي للأنشطة الرياضية عامة على ما تقرره درجة المرونة
بم فتقار الشخص للمرونة يؤثر في مدى

وإتقانه لأداء المهارات الأساسية ، كما أن ضعفها أو قلتها تؤدي إلى صعوبة تنمية الصفات البدنية الأخرى (القوة
و السرعة و الرشاقة) ، لذا من الأهمية التركيز في استخدام تمارين المرونة للناشئين لهم قبل البلوغ ما دام هناك عدم إلحاق
احتمال تعرضه للإصابات الرياضية ويبدو أداءه أفضل من

أما صفة المطاولة فهي من الصفات المهمة لكون المباراة في لعبة الكرة الطائرة قد تستمر في بعض الأحيان
ساعتين ، لذا يتطلب من اللاعبين المطاولة لكثير من حركات القفز وسرعة الأداء وتحتاج هذه الصفة إلى وقت طويل
لتنميتها ، لذا يجب أن يبادر المدربون إلى تنمية هذه الصفة منذ سنوات التدريب الأولى للناشئين كصفة بدنية عامة
ويحتاج لاعب الكرة الطائرة أيضاً إلى مطاولة السرعة ، إذ تعد هذه الصفة مركبة تتكون من صفتي (المطاولة والسرعة)
مختلفة والمتماثلة بالمهجوم

(1)

لناشئين ، لأنها عنصر ضروري وفعال في أداء المهارات الحركية كافة ، فهي تعمل كمنسق لحركات الأداء
الاقتصاد في الجهد المبذول وتسهم في تعلم المهارات الأساسية وتحقيق للناشئين الإتجاه الصحيح للأ
يتطلب من اللاعب خلال مواقف اللعب المختلفة سرعة تطبيق بعض الإستراتيجيات الخاصة بفنون اللعبة .

ويؤكد " جنسن وهيرست Jensen and Hirts "

المهاري في لعبة الكرة الطائر ، ويتوقف جمال أداء لاعبي الكرة الطائرة على ما يتمتعون به من رشاقة
وتصنيف هذه الصفات يرتبط بالعمر ونوع اللعبة ، إذ أن كل رياضي يحتاج إلى هذه الصفات وترتبط هذه الصفات مع

يمكن أن يكون تحسن أو تطور في صفة واحدة من هذه الصفات إلا في حالة تنمية الصفات البدنية الأخرى
ما تحسنت القوة والسرعة والرشاقة والمرونة والمطاولة سيصل اللاعب إلى المستوى المهاري الجيد

1- ابو العلا احمد عبد الفتاح : التدريب الرياضي الأسس الفسيولوجية ، دار الفكر العربي 1 ، 1997 ، 133.

1-4- الأداء المهاري في الكرة الطائرة:

ن المهارة هي الركيزة الأساسية التي يمكن بها تحقيق الإنجاز إذ لا يمكن لأي فريق أن يطبق خططه الهجومية أو الدفاعية ما لم يتمتع لاعبيه بمستوى مهاري جيد يؤهله لتنفيذ تلك الخطط مضافاً إلى ذلك توافر قدرات بدنية جيدة تساعد في تنفيذ هذه الخطط.

وتعد المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة عاملاً مهماً في تطوير اللعبة، فضلاً عن الإعداد البدني والخططي والنفسي لها، ويرتبط مستوى الأداء المهاري للفريق بمستوى أداء اللاعب المهاري، إذ يجب على اللاعب أن يصل إلى مرحلة الأداء المثالي كي يستفاد منه فريقه " أداء أية مهارة يصل إلى المرحلة المثالية عندما يصل المتعلم أو اللاعب إلى المرحلة لية في الأداء."

نما تختلف في الأداء تبعاً لمواقف اللعبة ومراحل

نحدى هذه المهارات أو ضعف المستوى في إحداها فنه سيؤدي إلى خسارة نقاط كثيرة إذا ما اكتشفها الفريق المنافس، لذا يتوجب على اللاعبين جميعهم إتقان المهارات الأساسية بصورة . وللأداء المهاري بالكرة الطائرة دوراً كبيراً ومهماً في إرباك الفريق المنافس من خلال قدرة اللاعبين على القيام بواجباتهم الدفاعية والهجومية بأكمل وجه ، وكلما تمكنوا من أداء المهارات بصورة جيدة تسهل عليهم السيطرة على مجريات اللعب (1) :-

-
-
-

2- القدرات التوافقية :

تعد القدرات التوافقية التي تشمل كل مجموع التوافق الحركي المنشود إضافة إلى التكنيك الرياضي شرطاً أساسياً لضمان التفوق والإنجاز في المجال الرياضي، ويتعلق كل من التوافق الحركي والتكنيك الرياضي بعمليات استقبال ومعالجة المعلومات والتحكم الذاتي في التصرف والسلوك الحركي المرتبط بالأداء، ولكي يكون تصرف الرياضي في تأدية حركاته محققاً للغاية. وينمو دور القدرات التوافقية في النتيجة المحققة في المنافسة كلما كانت الرياضة / الفعالية تتميز بمتطلبات أعلى للإنجاز من حيث التوافق العصبي العضلي، ولا تظهر القدرات التوافقية كقدرات منفردة وإنما ترتبط دائماً بغيرها الرياضي مثل القدرات البدنية والتكنيك والتكتيك، كما ترتبط في الأغلب ببعضها بعضاً، وتنعكس القدرات التوافقية على نوعية الأداء الحركي، وسرعة التعلم الحركي، والقدرة على تكيف البرامج الحركية الذهنية مع الظروف المتغيرة للتنفيذ وفعالية وجمال الحر (1)

ن التوافق بين الجهاز العصبي والعضلات الهيكلية من جانب وبين المركز العصبي والأ

آخر تؤدي دوراً متميزاً في

ليه كل حركة لعناصر اللياقة البدنية المكونة لها ثانياً، ويعني هذا الانسجام المتبادل لكل من الصفات البدنية والصفات

ن الهدف النهائي للقدرات التوافقية في كمال الترابط الحركي، هو المتابعة للحصول على نموذج مثالي

للتكيف الانعكاسي لتحرير سلسلة من الحركات آلياً طبقاً للعمل المتوقع أو الهدف وهذا التوافق ما تحتاجه المهارات الحركية في الألعاب الرياضية بشكل عام ومنظم (2).

2-1- مكونات القدرات التوافقية :

بها جميع مكونات

التوافقية ، و هذا الأمر هو عملية تحجيم وتهميش وعدم إدراك لأهميتها في الانجاز الرياضي ، و

العمود الثالث في القدرات الحركية () لذا يجب تفصيل مكونات

:

2-1-1- القدرة على تقدير الوضع (3)

هي قدرة الرياضي على تحديد وضع حركة جسمه بالمكان نسبة إلى الأشياء الأخرى المتحركة ()

.....

1- محمد ، محمد عبد الستار: "تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات التوافقية الخاصة لناشئ كرة القدم". رسالة دكتوراه. جامعة المنصورة، 2007، 48.

3- ريتز، انقبورغ : مدخل إلى نظريات وطرق التدريب العامة، ترجمة يورغن شلايف، كلية التربية الرياضية، جامعة لايبزغ، ألمانيا (2004) 11.

2-1-2- القدرة على الربط الحركي :

داء هذا التناسق عند مجابته

يضا في قدرة الرياضي على ربط المهارات الفنية

و متتالي مثل التنطيط

2-1-3- القدرة على بذل الجهد المناسب:

حساس بما داخليا ومجرى قوتها وزمانها ومكانها والتنوع بما

تتم في التصويب

2-1-4- القدرة على التوازن:

هي قدرة الرياضي على المحافظة على وضع كامل جسمه بوضع معين حتى في الحالات الصعبة

سرع ما يمكن بعد اظطراب طراً على توازنه مثل طيران اللاعب في الهواء وتعرضه للمزاحمة.

2-1-5- القدرة على الايقاع الحركي:

وهي قدرة الرياضي على ايجاد واستيعاب وتخزين مراحل داء المجرى الحركي في الوقت المناسب والحركة المناسبة ، وقدرته

ستدعاء هذه المراحل المختزنة والتنوع في

خذ الخطوات التقريبية في كرة اليد

2-1-6- القدرة على الإستجابة السريعة:

هي القدرة على القيام بالتصرف الهادف بشكل سريع وصحيح

شارة محددة مسبقا

شارة مختارة نتيجة لتغير

مفاجئ للموقف مثل الهجوم المعاكس في عاب الكرة ، حركات التجنب في الفعاليات القتالية، الانطلاق في مسابقات

2-1-7- القدرة على التكيف مع الاوضاع المتغيرة:

هي قدرة الرياضي على تغير التصرف الذي بدئه ()

يناسب الموقف المتغير (العاب الكرات, المنازلات) (1)

2-2- أهمية القدرات التوافقية :

هميتها في الكثير من الفعاليات الرياضية و صبحت الركن الثالث للقدرات الحركية و لهذا نرى

يجابيا في

:

✓

داء الرياضي في الحركات و الاقتصاد في الجهد

✓

✓

✓ استخدام السريع و الهادف للمهارات الرياضية في الشروط و المواقف المتغيرة .

✓

✓ تحدد القدرات التوافقية بالاشتراك مع باقي عناصر الإ

(1)

✓

2-3- مميزات تدريب القدرات التوافقية :

يختلف تدريب القدرات التوافقية عن باقي التدريبات في الانشطة الرياضية فهي لاتعمل

ن هذه الاشياء مهمة في التخطيط لـ

الداخلية في الجسم , و بشكل عام يمكن تحديد المميز

تي:

✓ العمل على تدريب القدرات التوافقية في جزاء مخصصة خلال الوحدة التدريبية .

✓ يتم تدريبها لمدة قصيرة (45) (التعب الذي لا يجب حدوثه

✓ استخدام عدد كبير من التمارينات المختلفة وتدريبها بشكل متنوع , أي التنوع بالتنفيذ الحركي بين مجموعة و

أي تغيير شروط التنفيذ.

✓

✓

7

✓ لا تزيد الفترة الزمنية

✓ في تدريب القدرات التوافقية يجب

ن يتقن اللاعب المهارة التي تعطى ضمن تدريب القدرات التوافقية .

✓ يجب التأكيد في تدريبات القدرات التوافقية على التنوع وعدم التكرار الكثير بحيث

✓ نحتاج تدريب القدرات التوافقية في الأعمار المبكرة , لكن عند المستويات العليا نحتاجها من

جل تنسيق المهارة الجديدة التي تساعدنا في تطوير المستوى .

✓ القدرات التوافقية في حماء في بداية الوحدة التدريبية . (2)

1- ريتز، انقبورغ : 2004 , 12.

2- محمود، محمد عبد الستار: 2007, 48.

2-4- أهداف تدريب القدرات التوافقية :

- ✓ لي التطوير السريع في تعلم
- ✓ يضمن المستوى العالي و الواسع
- صعب في مرحلة التدريب الألى مرحلة الإالى .
- ✓ يسمح المستوى العالي و الواسع للقدرات التوافقية من فضل لوسائل تدريب اللياقة البدنية , الاحماء ,
- ✓ في متابعة صقل
- ✓ تساهم القدرات التوافقية في عملية التشخيص عند

2-5- القواعد الرئيسية في تنظيم تدريب القدرات التوافقية :

- هناك بعض النقاط المهمة في تنظيم طرق تدريب القدرات التوافقية التي يجب ن يضعها المدربون في عين الخطوط العريضة التي يجب ن يسيروا عليها عند تنفيذ التدريبات من
- ✓
 - ✓
 - ✓ داء في التمرين الواحد
 - ✓ ضرورة التنوع الكثير في الوسائل التدريبية و التنوع في تنفيذها .
 - ✓ ضرورة رفع درجة الصعوبة في الألى خطوات معينة في طرق
 - ✓ القدرات التوافقية في سن مبكر من
 - ✓ ولا , ثم تستخدم الوسائل التدريبية الخاصة لاحقا و بصورة متدرجة.
 - ✓ من خلال تنفيذ غيرها من مهام التدريب الرياضي . (1)

3- التوافق:

- (Larson) مختلفة () .
- (Barrou (مجي Megee) () في محدد ")
- (2) (Fleishman) في

1- Jean Marie stine ;Duble your Brai power , 1997,p 141

2 . محمد صبحي حسانين : التقويم والقياس في التربية البدنية ، الفكر العربي ، 1 2 ، 1987 ، 391

مجموعة

)

"

في (.

بحركات ."

الخبرة التي

تت

جمع

والمشاركة في

" (1).

" (1982)

هذه بحركة

3-1- التوافق الحركي:

يعني التوافق الحركي " قدرة الفرد علي تحريك مجموعتين عضليتين مختلفتين أو أكثر في اتجاهين مختلفين في وقت " (2)، أو هو "قدرة الفرد على التحكم في عضلات جسمه مجتمعة أو مفردة حسب متطلبات النشاط". (3)

ويرتبط التوافق الحركي بإمكانية الجهاز الحركي والجهاز العصبي المركزي والذي يتم فيه عملية فهم واستيعاب وتحليل وإدراك الحركة أو البرنامج الحركي فالجهاز العصبي هو المركز الأساسي للتوافق لأنه ينظم الجهد من خلال تنظيم عمل القوة

تت

... وغيرها.

ن تعلم الحركات يكون بدرجات مختلفة و

(4)

3-1-1- أنواع التوافق الحركي:**- التوافق العام:-**

1 . سعد محمد قطب ولؤي غانم الصميدعي: الكرة الطائرة بين النظرية والتطبيق، مطبعة التعليم العالي 1 1985 67

2-- نجاح مهدي شلش ومازن عبد الهادي: 2010 71 .

3-وجيه محبوب: 1989, 27 .

4- أساسيات في التعلم الحركي، : 2008 40 .

- التوافق الخاص:-

3-2- طرائق أو أساليب تطوير التوافق الحركي :- (1)

✓ البدء العادي من أوضاع مختلفة كأداء للتدريب.

✓

✓

✓ زيادة مستوى المقاومة في أداء مراحل الحركة.

✓ الأداء في ظروف غير طبيعية.

3-3- التوافق العضلي العصبي:

العصبي في زمني والمشاركة في

(Singer) هذه بحركة (2)

في مختلف بجانب

يخص

(3) . ويعتبر

أهمية

جميع التي به العصبي

العصبي

1- : 2 (ترجمة) عبد , 1990 : 296 .

2- ساري احمد حمدان و نورما عبد الرزاق سليم : اللياقة البدنية والصحية 1 , 2001 , 52 .

3- : مطبعة التعليم العالي ، 1 : 1988 : 168 .

3-4- أهمية التوافق في الكرة الطائرة:

أهمية

أن

التركيز

" (1)

(200)

(ويشير محمد وحمدى)

في هذه

مخترفة

إلى

كبيرة

عصبي

(2)

في

4- الدقة الحركية:

نه

"

في

التي

الهيكلية

والمثالي " (3)

نه

العصبي

(محمد)

نحو

(4)

نحو

(5)

العصبي محكمة

إلى

نه

"

نه

"وتعني

التربية

ديالى

مجلة ديالى

العصبي

وآخرون :

غانم

1-

2002 1363-1364.

1996 392.

1

2- محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم : الاسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس ،

1987 144.

3- لؤي غانم الصميدعي : البايوميكانيك والرياضة ،

1988 308

:

4-

5- سعد محسن اسماعيل : تأثير اساليب تدريبيه لتنمية القوة الانفجارية للرجلين والذراعين في دقة التصويب بالقفز عالياً في كرة اليد ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية

التربية الرياضية ، 1996 51.

في واتخاذ ويحول إيجاد
(1) . في

ومستواه
وجمال وأثاره
لها البالغ في الجمالي نه
في (2) .

إلى بحسن التي الهجومية والتي العصبي
في في

5-1- أهمية الضرب الساحق بالكرة الطائرة :

أهمية كبيرة في
العصبي
في إلى
يعني نه يحتاجون
إلى
إلى
بالتخاذ
الناجحة
لاعي وفي

5-2- مراحل الأداء الفني لمهارة الضرب الساحق :

في جميع (3) : إلى
✓
✓
✓
✓ الهبوط .

- 1- العربي : 1 1999 : 112
2- محمد سعد زغلول و محمد لطفي السيد: الاسس الفنية لمهارات الكرة الطائرة ، المعلم والمدرّب ، 2001 73
3- زكي محمد حسن: الكرة الطائرة ، بناء المهارات الفنية والخططية ، 1998 ، 28

6- الدراسات السابقة و المشابهة :

أولاً : الدراسات الاجنبية :

الدراسة الاولى :

(Agnieszka2005)دراسة بعنوان "العلاقة بين القدرات التوافقية الحركية الخاصة وكفاءة اللعب لناشئات

"

أداء الناشئات في كرة اليد، وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وعلى الرغم من أن النتائج قد أوضحت وجود علاقة بين القدرات التوافقية الحركية ومدى كفاءة اللعب والتي توصل إليها العديد من الباحثين إلا أنهم لم يقدموا جميع النتائج المتوقعة، وقد تم اعتبار اثنين فقط من القدرات التوافقية الأربعة قيد الدراسة هم الأكثر أهميةً وارتباطاً بكرة اليد، حيث تم

نتائج جيدة جداً في اختبارات تحديد مستوى القدرات التوافقية الحركية الخاصة.

الدراسة الثانية :

(chow et al 2007)، بعنوان "تأثير الاختلاف في القدرات التوافقية اللازمة للأداء على مقدار

تحسن مستوى الأداء وهدفت إلى التعرف على مدى تأثير الاختلاف في

15

مهارة ضرب الكرة للاعب المنتخب السنغافوري الأول، استخدم المنهج التجريبي

لأعباء تم اختيارهم بطريقة عمدية، خمسة لاعبين صنفوا على أنهم مستوى متقدم وجميعهم شاركوا لمدة 10

مع المنتخب السنغافوري، وخمسة لاعبين مستوى متوسط ممن شاركوا لمدة لا تزيد عن 5 سنوات، وخمسة لاعبين مستوى

مبتدئ ممن لم يشاركوا في مباريات رسمية، وتوصلت الدراسة إلى أن هناك فروقا واضحة ذات دلالة إحصائية بين المجموعة

المتقدمة والمتوسطة مع المجموعة المبتدئة لصالح المجموعة المتقدمة والمتوسطة، حيث اظهر اللاعبين في كلا المجموعتين درجة

عالية من الدقة في المستويات الأربعة المحددة لضرر (1).

1- جمال أبو بشارة : أثر برنامج تدريبي مقترح على تطوير مستوى القدرات التوافقية لدى ناشئ كرة القدم , رسالة دكتوراه , مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الانسانية), مجلد 24(5) (2010).

ثانيا : الدراسات العربية:

الدراسة الأولى:

مذكرة ماجستير لخالد فريد "تأثير برنامج تمارين نوعية لتنمية القدرات التوافقية على بعض مظاهر الانتباه ومستوى الأداء الفني لناشئ رياضة الجو دو", غير منشورة , (2007), .

التعرف إلى العلاقة الارتباطية بين تنمية القدرات التوافقية وبعض مظاهر الانتباه في رياضة

دو، والعلاقة الارتباطية بين تنمية القدرات التوافقية ومستوى الأداء الفني لناشئ رياضة (10-)

(12) التجريبي وذلك باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين أحدهما

تجريبي (- البعدي) لكل مجموعة، وأجريت الدراسة على عينة قوامها (173)

ناشئ من ناشئ رياضة الجو دو بمحافظة الدقهلية (10- 12) . : ان

في مجال (10- 12) : -

القدرة على التكيف مع الأوضاع المتغيرة -

(-

إيجابيا على تحسن مظاهر اه (القدرة على التركيز -

الدراسة الثانية :

دكتوراه لجمال أبو بشارة (2010) " أثر برنامج تدريبي مقترح على تطوير مستوى

القدرات التوافقية لدى ناشئ كرة القدم", 2010, .

هدفت الدراسة التعرف إلى اثر برنامج تدريبي مقترح لتحسين مستوى القدرات التوافقية لدى ناشئ كرة القدم وتكونت

(40) لاعبا مبتدئا في مؤسسة خطوات محافظة طوباس لعام 2009 م. ولل فئة العمرية من (9- 12)

سنة، وقد اختيرت العينة بالطريقة العمدية، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وقد استغرق تطبيق البرنامج (7)

بواقع ثلاث وحدات أسبوعية . وأظهرت نتائج الدراسة إلى أن البرنامج التدريبي المقترح ذي فعالية في تحسين مستوى

)

المناسب ، قدرة الحفاظ علىالتوازن، القدرة الإيقاعية، القدرة على الاستجابة السريعة، القدرة على التكيف مع الأوضاع

المتغيرة)، يوصي الباحث باستخدام البرنامج المقترح من قبل جميع الأندية والمدارس الكروية والمؤسسات الرياضية التي تهتم

بالفئة السنية قيد الدراسة لدوره الفعال في تطوير القدرات التوافقية وبالتالي تطوير الأداء عموما.

الدراسة الثالثة :

مذكرة ماجستير لطارق محمد خليل الجمال " تأثير القدرات التوافقية الخاصة على مستوى الأداء المهاري لناشئي هوكي الميدان " غير منشورة , جامعة المنوفية , (2008), جمهورية مصر العربية .

لى التعرف على الخاصة برياضة الهوكي , وجاءت بالتساؤلات التالية :

- 1- هل توجد قدرات توافقية خاصة لرياضة الهوكي؟
- 2- لدي لكل منطقة على حده وبين مناطق الجمهورية كافة؟
- 3- هل توجد فروق دالة إحصائياً بين القدرات التوافقية الخاصة في كل منطقة على حده وبين مناطق جمهورية مصر ؟
- 4-

مجتمعة؟.

استخدم الباحث المنهج التجريبي نظراً لملاءمته لطبيعة الدراسة و تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية ، واشتملت عينة (397) مبتدئ هم لاعبي المشروع القومي لمواليد 95 / 96

ناشئي

الهوكي و استخدم الباحث الاختبارات : اختبار القدرات التوافقية/ اختبار مستوى الأداء المهاري و استنتجت الدراسة لوصول الى معادلات التنبؤ يمكن من خلالها إنتقاء الناشئين في المرحلة السنوية (9.12) سنة في مناطق الجمهورية و من توصياتها أن يكون هدف التعليم والتدريب في مجال رياضة الهوكي بناء على القدرات التوافقية الخاصة لرفع مستوى فاعلية الأداء للمبتدئين واعتبارها هدفاً أساسياً تجند طاقات التدريب وأساليبه لما حيث أن التدريب وسيلة إلى غاية وليس غاية في حد ذاته .

الدراسة الرابعة :

دكتوراه لعبد الرحمن حسين إبراهيم " مراكز اللعب في مباريات المستويات العليا في الكرة الطائرة " غير منشورة , (2005),

هدفت الى

الساحق وصولاً لهذه المساحات و جاءت بالتساؤ :

- ✓ توجد مساحات بينية تسقط بها الكرة أكثر من غيرها؟.
- ✓ توجد طرق للضرب الساحق مناسبة عن غيرها للوصول إلى المساحات البينية ؟ .

✓ توجد أماكن أفضل من غيرها للضرب الساحق من على الشبكة أو من الخلف للوصول إلى المساحات . ؟

(9)

36 فرق المشاركين في بطوله العالم لعام 2005 والتي أقيمت في اليابان في الفترة من 2005/11/22 حتى 2005/11/27 وكان عدد الهجمات المباشرة والتي تم إحراز نقطه مباشرة فيها 225 .

ية العرض البطيء / شرائط التسجيل /

و من توصيات هذه الدراسة على المدربين الاهتمام بتدريبات الدفاع عن الملعب في ضوء نتائج البحث للدفاع عن

7- تحليل الدراسات السابقة والمشابهة و مقارنتها بالدراسة الحالية :

اء في الدراسات السابقة نجد أنها دراسات تناولت القدرات التوافقية من حيث أهميتها في مختلف الرياضات الجماعية و الفردية , فالدراسة الأولى لخالد فريد استعرضت التوافقية ومستوى الأداء الفني لناشئ رياضة الجو دو و الدراسة الثانية لجمال ابو بشاره هدفت الى التعرف على اثر برنامج تدريبي مقترح لتحسين مستوى القدرات التوافقية لدى ناشئ كرة القدم و الدراسة الثالثة ل طارق محمد خليل هدفت الى التعرف على اقدرات التوافقية الخاصة برياضة الهوكي , نلاحظ أنها تناولت الاهمية البالغة التي تلعبها القدرات التوافقية في الاداء الفني و المهاري و مدة مساهمتها في تحقيق الانجاز الرياضي و نجد ايضا أنها درست بالمنهج التجريبي و كانت العينة فيها لاعبين من مختلف الفئات .

و قد اختلفت دراستنا عنها في كونها تعالج اهمية القدرات التوافقية في رياضة الكرة الطائرة و كذلك في عينة دراستنا المتمثلة في المدربين لمختلف الفئات العمرية و اعتمدنا على المنهج الوصفي باستخدام استبيان لمعرفة وجهات نظر ر هذه القدرات في دقة تفادي الكرة لحائط الصد في مهارة الضرب الساحق المواجه و دورها في وصول

عبد الرحمن حسين إبراهيم التي هدفت الى التعرف على أكثر المساحات البيئية لمراكز اللعب التعرف على أفضل طرق الضرب الساحق وصولاً لهذه المساحات

ووضعها كفرضية ثانية في الدراسة و ربطها بالقدرات التوافقية للوصول الى دور هذه القدرات في دقة ايصال الكرة

الدراسة التي جاءت في مجملها تبين العلاقة بين

القدرات التوافقية وكفاءة اللعب و اهمية اكتسابها من قبل اللاعبين و درست بالمنهج التجريبي و كانت عينتها لاعبين
دراستنا فجاءت بالمنهج الوصفي و عينتنا مجموعة مدربين ف مختلف الفئات العم .

تھ الدراسة الاولى من نوعها من حيث المنهج المستخدم اي المنهج

مدراسات الاخرى التي تناولت المنهج التجريبي و كذلك عينة الدراسة , فالدراسات السابقة اجريت

على لاعبين من مختلف الفئات العمرية اما دراستنا فاجريت على مدربين في مختلف الفئات العمرية.

كل الدراسات تناولت رياضات مختلفة كالهوكي و كرة القدم و كرة اليد و الجودو اما دراستنا فاجريت على مهارة الضرب
الساحق في الكرة الطائرة .

من خلال اطلاع الباحث على مختلف مكنتات الجامعات و المعاهد في علوم و تقني

لاحظ انعدام وجود مثل هذه الدراسة التي في اعتقاد الباحث تھ في الجزائر و فريدة من نوعها .

8- إستثمار الدراسات السابقة والمشابهة :

تم الاستفادة من الدراسات السابقة والمشابهة من خلال عدة عناصر منها :

-

-

- إعداد الخلفية النظرية بعد الإطلاع على مختلف المراجع التي تناولتها

-

- إستنباط الفرضيات من خلال تحديد المتغيرين .

خلاصة :

نطلاقاً من منظور المفكرين و الباحثين في المجال الرياضي , فقد
من علاقة بالجانب المهاري في الكرة الطائرة وخاصة في مهارة الضرب الساحق الذي يعتبر الحاسم في نتيجة المباريات و
كذلك تظهر قوة الفرق الرياضية في الكرة الطائرة من خلال

فمن خلال تحليل و مناقشة الدراسات السابقة ساعد الباحث في ضبط مؤشرات البحث و جمع المعلومات و
محاولة سقاط هذه الدراسات على رياضة الكرة الطائرة لما فيها من مهار
همية بالغة في نتيجة المبارات و قد استنبط الباحث الفرضيات الجزئية من خلال ربط القدرات
يجاد دورها في دقة تف يجاد الثغرات و المساحات البينية في منطقة

ن الدراسات التي تعرضنا لها مرتبطة بموضوع البحث جزئياً متمثلاً في القدرات التوافقية
ته همتها و كذا مجتمع الدرا
لى نوع الاداة المستخدمة . التي تم من خالها

الفصل الثاني

الإطار العام للدراسة

تمهيد

اتبعنا في هذا الفصل على خطوات الإطار العام للدراسة، وهذه الخطوات تبدأ بتحديد الكلمات الدالة لموضوع الدراسة ومؤشراتها بإعطاء مفهوم أكثر للمصطلحات من الناحية اللغوية والاصطلاحية والإجرائية ويليها صياغة الإشكالية بصيغة تقريرية وطرح تساؤلها العام، حيث تم صياغتها وضبطها ضبطا دقيقا ومن ثم حددنا تساؤلاتها الجزئية التي تعتبر أسئلة تحتاج إلى تفسير، وبعدها ذكرنا أهمية وأهداف البحث، وبعد ذلك تطرقنا إلى أهداف الدراسة وأهميتها وفي الأخير قمنا بالإجابة عن التساؤلات المطروحة في شكل فرضيات جزئية التي تعتبر إجابات احتمالية للأسئلة التي دارت حولها إشكالية البحث.

1- ضبط المفاهيم و المصطلحات :

1-1- القدرات التوافقية :

- القدرة : لغة : قَدَرْتُ على الشيء (أَقْدِرُ) من باب ضرب، قويت عليه و تمكنت منه، و الاسم (القُدْرَةُ) و الفاعل (قَادِرٌ) و (قَدِيرٌ) و الشيء (مَقْدُورٌ) عليه،... والقُدْرَةُ: مَصْدَرٌ قَوْلِكَ: له على الشَّيْءِ قُدْرَةٌ: أي مَلِكٌ، فهو قَدِيرٌ وقَادِرٌ. واقتدرَ على الشَّيْءِ: قَدَرَ عليه.⁽¹⁾

إصطلاحاً : القدرة هي الصفة التي تمكن الفرد من الفعل وتركه بالإرادة وصفة تؤثر على قوة الإرادة، والقدرة الممكنة عبارة عن أدنى قوة يتمكن بها المأمور من أداء ما لزمه بدنياً كان أو مالياً ... والقدرة الميسرة ما يوجب اليسر على الأداء وهي زائدة على القدرة الممكنة بدرجة واحدة في القوة⁽²⁾

- التوافق : لغة : من الفعل الثلاثي " وفق " تشتق كلمات الوفاق بمعنى المواءمة ، والتوافق يعني لغة الاتفاق و التظاهر، ووفق الشيء أي لاءمه ووافقه موافقة ووفقاً واتفق معه توافقاً.⁽³⁾

إصطلاحاً : التوافق بتعريف لارسون ويوكيم : قدرة الفرد على إدماج حركات من أنواع مختلفة داخل إطار واحد ...⁽⁴⁾

القدرات التوافقية :

.... لا بد أن يمتلك الرياضي قدرة معينة من التوافق، حيث يوجد ارتباط وثيق بين القدرات التوافقية والمهارات الحركية التي تستند إلى جوانب تكتيكية لتنمية وصقل المهارات الرياضية، ومن ناحية أخرى ومن وجهة نظر تتعلق بتدريب الرياضي على مهارات تكتيكية عديدة وبتوظيف وسائل تدريبية متنوعة فإن هناك إمكانية فعلية لتحسين مستوى القدرات التوافقية وقد تختلف أهمية القدرات التوافقية جمعاء من فعالية - رياضة إلى أخرى، حيث أن لها أهمية كبيرة في أنواع الرياضة الفنية وألعاب الكرة والمنازلات الفردية، كما تختلف أهمية كل قدرة من القدرات التوافقية من رياضة لأخرى.⁵

1-2- التعريف الإجرائي :

هي شروط بدنية و نفسية ووظيفية , عن طريقها يستطيع الرياضي التحكم في أدائه الحركي و المهاري عند ممارسة النشاط الرياضي وتشمل مكونات سبعة و هي (تقدير الوضع، الربط الحركي، بذل الجهد المناسب، التوازن، سرعة رد الفعل،

1- أبي البقاء الكفوي: كتاب الكليات معجم في المصطلحات والفروق اللغوية ، تحقيق عدنان درويش - محمد المصري مؤسسة الرسالة - بيروت - 1998م، ص: 1121.

2- إبراهيم الأبياري : التعريفات علي بن محمد بن علي الجرجاني تحقيق : دار الكتاب العربي - بيروت الطبعة الأولى ، 1984، ص: 221.

3- جبران مسعود : الرائد ، معجم لغوي عصري ، دار العلم للملايين ، ط7، 1992، ص 251.

4- محمد صبحي حسنين : القياس والتقويم في التربية الرياضية ، دار الفكر العربي، الجزء 1، القاهرة 2001. ص56.

5- ريتز، انقبورغ. نفس المرجع السابق . (2004) . ص 09.

التكيف مع الأوضاع المتغيرة، الإيقاع الحركي) و كل هذه القدرات إذا اجتمعت مع بعضها تعطينا مهارة حركية مثالية و ناجحة و فعالة .

2- الدقة :

: (د ق ق) مصدر دَقَّ , يعمل بدقة متناهية : بضبط وإحكام وعناية , يمتاز عمله بالدقة .

إصطلاحاً: الدقة هي الكفاءة العالية للجهازين العضلي والعصبي بالسيطرة على العضلات الإرادية لتوجيهها نحو تحقيق هدف معين و الدقة بتعريف لارسون ويوكيم , هي قدرة الفرد على التحكم في حركاته الإرادية نحو هدف معين ¹.

2-1 التعريف الإجرائي :

الدقة هي وصول اللاعب إلى أداء المهارات الحركية بإتقان و تناسق و تحقيق المستوى المثالي لها و الدقة يعبر عنها بمدى تحقيق الحركة أو المهارة للهدف المراد الوصول إليه بنجاح و فاعلية .

3- الضرب الساحق :

هي عبارة عن ضرب الكرة بإحدى اليدين بقوة لتعديتها بالكامل فوق الشبكة وتوجيهها إلى ملعب الفريق المنافس بطريقة قانونية ⁽²⁾. وهي مهارة يصعب إتقانها ويرى (ساندروفي (1996) sandorofi أنها لمهارة تتطلب مركب من التوقيت والتوازن والقوة العضلية وسرعة الحركة وبدون الميكانيكيات الصحيحة فان كل هذا يعد جهداً ضائعاً⁽³⁾.

3- التعريف الإجرائي:

هو عبارة عن مهارة هجومية ذات أهمية بالغة , و تعتبر الفاصلة في نتيجة المقابلة , وتشكل من مجموعة من الحركات المترابطة كما تحتاج إلى مجموعة من القدرات لتؤدي بشكل ناجح و دقيق , و تمتاز بالصعوبة في الأداء و طريقة تنفيذها.

1- محمد صبحي حسنين : نفس المرجع السابق (2001). ص65.

2- علي مصطفى طه و احمد عبد الدايم ، نفس المرجع السابق : 1999 ، ص55.

3- . 88 . P. (2) A Gam publishing jum. 1996 , Colorado : sandotific . G ((Hiting)) Volleyball , volume 7 , Number ,

2- الإشكالية :

ولقد شهدت السنوات الأخيرة تطوراً كبيراً في فنون لعبة الكرة الطائرة سواء كان ذلك فيما يتعلق بالمهارات الهجومية أو الدفاعية ، كما أستخدمت تركيبات حديثة ومتنوعة إستغلها اللاعبون المهاجمون بإتقان مما أدى إلى الارتفاع بمستوى الأداء والمنافسة.

ولقد ظهر هذا جلياً في الدورات الأولمبية الحديثة فمثلاً في دورة سول 1988 ظهر الضرب الساحق من المنطقة الخلفية وإتقان الإرسال الساحق على يد الأمريكيان والمدرسة الأوربية، كما ظهر في دورة برشلونة 1992م العديد من تشكيلات إستقبال الإرسال فخلال السنوات القليلة الماضية تقدم مستوى لعبة الكرة الطائرة في المجال الأولمي والعالمي نتيجة لنظم التطور المتكامل في التدريب وتطوير قدرات اللاعب لأفضل مستوى إعتقاداً على الطرق والوسائل العلمية الحديثة للقياس والتقييم.

وأن كل تطور في الناحية الهجومية يقابله بالتبعية محاولات لإيقاف الهجوم بنواحي وتشكيلات دفاعية، والكرة الطائرة من الألعاب الجماعية التي يرتبط فيها الهجوم بالدفاع إرتباطاً وثيقاً، ولا يمكن الفصل بينهما، لأن هذا الارتباط يجعل المباراة أكثر متعة وإثارة وتشويق وأشد فاعلية وذلك بفضل التعديلات المستمرة في قانون اللعبة لتحقيق التوازن بين الهجوم والدفاع.

دخلت الكرة الطائرة الألعاب الأولمبية عام 1964م في دورة طوكيو ، وكانت اللعبة الجماعية الوحيدة التي دخلت الأولمبياد للمشاركة على مستوى الجنسين " رجال ، سيدات " فتنافست الدول في إعداد فرقها القومية لنيل شرف تمثيل دولهم والحصول على الميدالية الذهبية وسيادة العالم في هذه اللعبة سواء للرجال أو للسيدات ولقد تجسد هذا التنافس في ابتكار العديد من المهارات وتطويرها، وكذلك في وضع الخطط وطرق اللعب الهجومية والدفاعية وأيضاً في استخدام طرق وأساليب التدريب الحديثة.

إن مهارات الكرة الطائرة تتميز بترابطها وتواليها الواحدة بعد الأخرى جعل الاهتمام بتدريب المهارات بشكل

متوازن وهي الحالة المثالية في التدريب وبما أن مواقف اللعب في المباراة يسودها الجو الانفعالي إذ أنها تضمنت عامل المفاجأة المستمر في تنفيذ الأساليب الخططية , علاوة على عدم تحديد القانون لأزمة الاشواط والمباراة يجعل من المدربين في حالة توقع وترقب مستمرين لما يمكن حدوثه من لاعبيهم ولاعي الفريق المنافس.¹

يعد الضرب الساحق من أهم وأقوى طرق الهجوم التي يستخدمها الفريق خلال اللعب وهي عبارة عن ضرب الكرة بإحدى اليدين بقوة ومن فوق الشبكة نحو ملعب الخصم وإحدى الذراعين وهي من حيث الفاعلية تعتبر الأولى في ترتيب المهارات من خلال تأثيرها على سير المباراة وهي وسيلة لإحراز النقاط واستحواد الإرسال والمقارنة مع بقية

1- عبد الحسن محمد . تأثير ادارة المباريات على التغييرات البيولوجية لمدربي الكرة الطائرة ، دار الوفاء للدنيا للطباعة والنشر، ط، 1 الاسكندرية ، 2006 ، ص13.

المهارات الأخرى فإنها تعد من أهم المهارات بالكرة الطائرة ويعتبر الضرب الساحق السلاح الأول في تحقيق نقطة للفريق حيث يمثل نسبة 21 % من بقية المهارات الأخرى.¹

كما أن الدقة عنصر هام في الكرة الطائرة إذ هي من العناصر المهمة في المباراة لتحقيق الفوز لما لها من دور في أخذ النقاط والسيطرة على المباراة ثم الفوز بها وليس للقوة فائدة إذا ما افتقرت إلى الدقة الحركية في أحسن إستعمال وتوجيه الحركات إلى ملعب الخصم , فضلاً عن أن لها أهمية بارزة ودور كبير في حسم النقاط إذا أجادها اللاعب بشكل متقن , فعليها يتوقف الاستحواذ على الإرسال وبالتالي حسم المباراة من خلال خلخلة حائط صد الفريق المنافس وتوجيه الضربات الساحقة إلى الفراغات المناسبة في ساحة الخصم وخلخلة دفاع الفريق الآخر ، لذا فهي صفة مهمة وفعالة في إحراز النقاط والفوز بالمباراة.

و الأهم من ذلك القدرات التوافقية التي تعتبر المحرك الرئيسي لمهارة السحق , لأن هذه الاخيرة تمر بمراحل حركية كالخطوات التقريبية و الارتقاء ثم الضرب ثم الهبوط , كل هذا يستلزم أو يجب على اللاعب تأديته بانسيابية و دقة و من خلال إطلاعنا على العديد من الدراسات السابقة وخاصة في الكرة الطائرة لاحظنا أن هناك قدرة مهمة ذات تأثير مهم و كبير جدا على مستوى الأداء المهاري و هي قدرة التوافق و التي يعتبرها العديد من المختصين الرابط الرئيسي بين الصفات البدنية و المهارية الأساسية في جميع الفعاليات الرياضية و في الحين الاخر لاحظ الكثير من المختصين و المدربين أنه يتم التعامل مع هذه القدرة بشكل قليل و عدم التركيز على إعطاء تمارين توافقية ممزوجة بالتدريبات و التمارين الأخرى , و هنا برزت فكرة البحث في اجراء دراسة الدور الذي تلعبه القدرات التوافقية في تحسين دقة الضرب الساحق ككل و دورها كذلك في تفادي حائط الصد و كذا إصابة المساحات البينية في منطقة الخصم و من هنا نطرح التساؤل التالي :

✓ هل للقدرات التوافقية دور في تحسين دقة الضرب الساحق في الكرة الطائرة؟

3- التساؤلات الجزئية :

✓ هل للقدرات التوافقية دور في زيادة دقة إجتيار الضرب الساحق لجدار الصد ؟

✓ هل للقدرات التوافقية دور في نجاح وصول الضرب الساحق للمساحات البينية ؟

1- مروان عبد المجيد : الموسوعة العلمية للكرة الطائرة مهارات - خطط - اختبارات بدنية ومهارية - قياسات جسمية - انتقاء - معاقين - تحكيم، مؤسسة الوراق للنشر ، ط1، عمان ، 2001 ص80

4- أهداف الدراسة:

من خلال موضوع الدراسة صاغ الباحث مجموعة من الأهداف وهي :

✓ التعرف على دور القدرات التوافقية في دقة إجتياز الكرة لجدار الصد عند أداء مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة.

- ✓ التعرف على دور القدرات التوافقية في وصول الكرة للمساحات البينية
- ✓ التعرف على دور القدرات التوافقية في تحسين مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة .
- ✓ معرفة مدى تركيز المدربين على تمارين القدرات التوافقية في تحسين دقة الضرب الساحق في الكرة الطائرة .
- ✓ معرفة مدى إستخدام اللاعبين للقدرات التوافقية خلال قيامهم بالضرب الساحق.
- ✓ معرفة مدى تأثير هذه القدرات في نجاح و دقة الضرب الساحق .

5- أهمية الدراسة:

تتحلى أهمية الدراسة في في كونها محاولة الباحث ايصال اهمية القدرات التوافقية للمدربين و الدور الفعال الذي تلعبه في دقة الضرب الساحق ومدى إختراقه لجدار الصد و كذا إيصال الكرة للمساحات البينية لما لها من انعكاسات على الاداء المهاري و خاصة مهارة الضرب الساحق و ابراز للقدرات التوافقية الخاصة بلاعبي الكرة الطائرة , و أيضا محاولة السير في تطوير اللعبة و الإرتفاع بها إلى أعلى المستويات لأن هذه القدرات تعتبر المحرك الرئيسي للأداء المهاري في تحسين مهارة الضرب الساحق فالفريق الذي يفتق لاعبه لمثل هذه القدرات يكون مستواه متوسطا و تكمن أهمية البحث أيضا فيالتعرف على هذه القدرات ووضع أسس و قواعد لتدريبها و تنميتها و توجيه الإهتمام لها.

6- الفرضيات :**6-1- الفرضية العامة :**

✓ للقدرات التوافقية دور في تحسين دقة الضرب الساحق في الكرة الطائرة .

6-2- الفرضيات الجزئية :

- ✓ للقدرات التوافقية دور في زيادة دقة اجتياز الضرب الساحق لجدار الصد .
- ✓ للقدرات التوافقية دور في نجاح وصول الضرب الساحق للمساحات البينية .

خلاصة :

من خلال التعرض للخطوات السابقة الذكر في هذا الفصل و المتمثلة في تحديد المفاهيم و المصطلحات , و كذلك طرح الإشكالية و صياغة الفرضيات من خلال مؤشرات الدراسة , تبين أن لفصل الإطار العام للدراسة أهمية كبيرة لا يمكن أن يقوم البحث بدونها, لأنه يساعد الباحث بالإحاطة بموضوع بحثه , و فهم أبعاده من جهة , كما يساعد القارئ على فهم الموضوع المتناول من جهة أخرى .

الفصل الثالث

الإجراءات الميدانية

للدراسة

تمهيد :

يمكن وصف البحث العلمي على أنه مغامرة شاقة مليئة بالنشاط و المجازفات، التي تجري وقائعها بين أحضان العلم ، هذه المغامرة تستدعي الصبر ، الموضوعية ، الجهد المتواصل ، التنظيم ، التخيل الخصب ، الفطنة الحادة ، قابلية التحكم الجيد في الظروف الجديدة... إلى غير ذلك من هذه العناصر الضرورية لنجاح البحث.

في هذا الفصل سنحاول أن نوضح أهم الإجراءات الميدانية التي إتبعناها في هذه الدراسة ، ومن أجل الحصول على نتائج يمكن الوثوق بها واعتبارها نتائج موضوعية قابلة للتجريب مرة أخرى ، وبالتالي الحصول على نفس النتائج الأولى ، كما هو معروف فان ما يميز أي بحث علمي هو مدى قابليته للموضوعية العلمية ، هذا لا يمكن أن يتحقق إلا إذا إتبع صاحب الدراسة منهجية علمية دقيقة وموضوعية .

1- الدراسة الاستطلاعية:

وهي البحوث التي تهدف إلى إستطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث في دراستها والتعرف على أهم الفروض التي يمكن وضعها وإخضاعها للبحث العلمي صياغة دقيقة تيسر التعمق في بحثها في مرحلة لاحقة أهما بحوث تتناول موضوعات جديدة لم يتناولها الباحث من قبل و لا تتوفر عنها معلومات أو بيانات أو يجهل الباحث الكثير من جوانبها وأبعادها وهي تهدف إلى الكشف عن حلقات غامضة أو مفقودة في تسلسل التفكير الإنساني مما ساعد على التحليل والربط والتفسير العلمي فيضيف إلى المعرفة الإنسانية ركائز جديدة⁽¹⁾.

وعلى هذا الأساس تعتبر الدراسة الاستطلاعية من أهم المراحل التي يجب على الباحث القيام بها قصد التأكد من ملائمة مكان الدراسة للبحث و مدى صلاحية الأداة المستعملة حول موضوع البحث.

قمت بجولة إستطلاعية على مستوى مديرية الشباب و الرياضة ببلدية برج بوعرييج، حيث تم الإستقبال بحفاوة كون الموضوع يخص الجانب الرياضي ، أخذت كل ما يلزم من معلومات ، إذ تم إطلاعي بأنه توجد 3 نوادي تنشط على مستوى الولاية كلها في لعبة الكرة الطائرة ، أخذت وثائق فيها إسم النادي و عدد المدبين الذين ينشطون فيه، و أرقام هواتف رؤساء الأندية للإطلاع على مواعيد التدريب و هذه النوادي هي : النادي الرياضي برج بوعرييج و نادي تمالة لرأس الوادي و النادي الرياضي للهواة شباب المهير .

2- المنهج المتبع في الدراسة:

اتبعت المنهج الوصفي لملائمته موضوع الدراسة ، حيث يستخدم المنهج الوصفي في دراسة الأوضاع الراهنة لظواهر من حيث خصائصها، أشكالها ، وعلاقتها، والعوامل المؤثرة في ذلك، وهذا يعني أن المنهج الوصفي يهتم بدراسة حاضر الظواهر والأحداث عكس المنهج التاريخي الذي يدرس الماضي، مع ملاحظة أن المنهج الوصفي يشمل في كثير من الأحيان على عمليات تنبؤ بمستقبل الظواهر والأحداث التي يدرسها.

ويرتبط استخدام المنهج الوصفي غالبا بدراسة العلوم الاجتماعية والإنسانية والتي تستخدم فيها منذ نشأته وظهوره وهذا لا يعني أن استخدامه وتطبيقه يقتصر على هذه العلوم فحسب بل أنه يستخدم أحيانا لدراسة العلوم الطبيعية بوصف الظواهر الطبيعية المختلفة، يقوم المنهج الوصفي على رصد ومتابعة دقيقة لظاهرة أو حدث معين بطريقة كمية أو نوعية لفترة زمنية معينة أو عدة فترات من أجل التعرف على الظاهرة أو الحدث من حيث المحتوى أو المضمون و الوصول إلى نتائج وتعميمات تساعد في فهم الواقع وتطويره⁽²⁾.

1- مروان عبد المجيد إبراهيم، أسس البحث العلمي في إعداد الرسائل الجامعية، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، ط1، عمان، الأردن، (2000)، ص38.

2- ربحي مصطفى عليان، عثمان محمد غنيم، مناهج وأساليب البحث(النظرية التطبيقية)، دار صفاء للنشر والتوزيع، ط1، عمان، الأردن، 2000، ص 42.43.

3- مجتمع وعينة الدراسة :

3-1- مجتمع الدراسة :

نعني بمجتمع البحث جميع مفردات الظاهرة التي يقوم بدراستها الباحث و في واقع الأمر إن دراسة مجتمع البحث الأصلي كله يتطلب وقتا طويلا و جهدا شاقا و تكاليف مادية مرتفعة ويكفي أن يختار الباحث عينة ممثلة لمجتمع البحث بحيث تتحقق أهداف البحث وتساعد على إنجاز مهمته⁽¹⁾ و في دراستنا يعتبر المجموع الكلي لمدربي أندية ولاية برج بوعريريج للكرة الطائرة و تمثل في 16 مدرب من مختلف الفئات العمرية .

3-2- عينة الدراسة:

باعتبار العينة جزء مهم في أي دراسة نجد أن مفهومها هي مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية، و في دراستنا إعتدنا العينة القصدية بطريقة المسح الشامل לנוادي ولاية برج بوعريريج و ذلك للمستوى الذي آلت إليه ، فنادي NRBBBA هو بطل الجزائر و حائز على البطولة لهذه السنة هذا إن دل إنما يدل على كفاءة المدرسين و قد بلغ عدد أفراد العينة 16 مدربا لمختلف نوادي برج بوعريريج و الذين يمثلون المجتمع الأصلي تمثيلا صادقا بنسبة 100%.

4- أدوات جمع البيانات و المعلومات:

4-1- الإستبيان:

الإستبيان وسيلة من وسائل جمع البيانات ويعتمد أساسا على استمارة تتكون من مجموعة من الأسئلة ترسل بواسطة البريد، أو تسلّم إلى الأشخاص الذين تم اختيارهم لموضوع الدراسة ليقوموا بتسجيل إجاباتهم عن الأسئلة الواردة فيه وإعادته ثانية ويتم كل ذلك بدون مساعدة للأفراد سواء في فهم الأسئلة أو في تسجيل الإجابات عنها.⁽²⁾ و في دراستنا هذه قام الباحث بإعداد إستبيان من أجل الوصول إلى جمع المعلومات من العينة المختارة و المتمثلة في مدربي أندية برج بوعريريج للكرة الطائرة ، و لقد تكون الإستبيان من 24 عبارة مقسمة بالتساوي على محورين و ذلك بعد الأخذ بعين الإعتبار التعديلات التي وجهها المحكمون و تم تقسيم الإستبيان كالآتي:

✓ المحور الأول تكون من 12 عبارة ، 11 عبارة تتم الإجابة فيها بنعم ، لا ، نوعاما و سؤال مفتوح للمبحوث الحرية في الإجاب عليه.

✓ المحور الثاني تكون من 12 عبارة ، 11 عبارة تتم الإجابة فيها بنعم ، لا ، نوعاما و سؤال مفتوح للمبحوث الحرية في الإجابة عليه

1- عبد الله محمد الشريف، مناهج البحث العلمي، مكتبة ومطبعة الإشعاع العالمية، ط1، 1996، ص123.

2- سامي ملحم: مناهج البحث في التربية و علم النفس، دار المسيرة لنشر، ط1، الأردن ، 2000، ص200.

4-2- الخصاص السيكو مترية للأداة:

4-2-1- الصدق :

تكون وسيلة القياس صادقة إذا كانت تقيس ما تدعي قياسه، والحاجة إلى هذه الصفة الواضحة، ولما كان الصدق ذا أهمية قصوى، فإن الباحثين يقدمون من البراهين ما يدعم ادعاءاتهم، فيما يتعلق بالصفات التي تقيسها اختباراتهم، ويستخدم عدد من الأساليب لتحقيق هذا الصدق.

4-2-1-1- الصدق الظاهري :

يعتمد صدق الاختبار على " مدى قياس الاختبار للمهارة أو الصفة المطلوب قياسها فالمقياس يعد صادقاً عندما يقيس بدقة كافية الظاهرة التي صمم لقياسها⁽¹⁾، وقد استعمل الباحث طريقة الصدق الظاهري وذلك بالاعتماد على مجموعة الخبراء والمختصين والذين عرضت عليهم الاستمارة ولقد تم توزيعها على عدد من المحكمين من مختلف الدرجات العلمية وكان عددهم (5) و سنوضح مدى إتفاقهم على الإستمارة بإستخدام معادلة لوشير :

الجدول رقم 01 يمثل آراء المحكمين حول عبارات المحور الأول

المحكم العبارة	م 1	م 2	م 3	م 4	م 5
1	-	+	+	+	+
2	-	+	+	+	+
3	-	+	+	+	+
4	-	+	+	+	+
5	-	+	+	+	+
6	-	+	+	+	+
7	-	+	+	+	+
8	-	+	+	+	+
9	-	+	+	+	+
10	-	+	+	+	+
11	-	+	+	+	+

- غير مناسبة / + مناسبة

$$\text{ص م ك} = \frac{\text{ص م 1} + \text{ص م 2} + \text{ص م 3} + \text{ص م 4} + \text{ص م 5} + \text{ص م 6} + \text{ص م 7} + \text{ص م 8} + \text{ص م 9} + \text{ص م 10} + \text{ص م 11}}{\text{عدد البنود 11}}$$

¹ - محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان : القياس في التربية وعلم النفس الرياضي , دار الفكر العربي , القاهرة, 1988 , ص 322.

ومنه نجد : قيمة الصدق لعبارات المحور الأول = 0.70 وهي قيمة أكبر من 0.5 أي أن المحور يخضع للصدق لأن القيمة تقترب من ال 1 وهذا يعني أن العبارات تقيس الغرض الذي وضعت من أجله .

الجدول رقم 02 يمثل آراء المحكمين حول عبارات المحور الثاني

المحكم العبارة	م 1	م 2	م 3	م 4	م 5
1	-	+	+	+	+
2	-	+	+	+	+
3	-	+	+	+	+
4	-	+	+	+	+
5	-	+	+	+	+
6	-	+	+	+	+
7	-	+	+	+	+
8	-	+	+	+	+
9	-	+	+	+	+
10	-	+	+	+	+
11	-	+	+	+	+

ص م ك = $\frac{ص م 1 + ص م 2 + ص م 3 + ص م 4 + ص م 5 + ص م 6 + ص م 7 + ص م 8 + ص م 9 + ص م 10 + ص م 11}{عدد البنود 11}$

ومنه نجد : قيمة الصدق لعبارات المحور الثاني = 0.60 وهي قيمة أكبر من 0.5 أي أن المحور يخضع للصدق لأن القيمة تقترب من ال 1 وهذا يعني أن العبارات تقيس الغرض الذي وضعت من أجله .

ومنه نستنتج صدق الأداة الكلي هو 0.6 وهي قيمة أكبر من 0.5

4-2-1-2- صدق الإتساق الداخلي :

و هو عبارة عن مدى إرتباط عبارات الإستبيان مع المحور و ذلك بإستخدام معامل بيرسون للإرتباط .

الجدول رقم 03 يمثل معامل بيرسون للإرتباط

العبارة رقم	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11
المحور 1	0.889**	0.950**	0.869**	0.901**	0.928**	0.964**	0.964**	0.869**	0.889**	0.964**	0.743**
العبارة رقم	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
المحور 2	0.947**	0.885**	0.949**	0.954**	0.935**	0.804**	0.922**	0.947**	0.922**	0.922**	0.947**

من خلال نتائج الجدول الذي يوضح علاقة الارتباط بين العبارات والمحاور وجدنا أن النتائج محصورة بين [0.70 ، 0.90] وبالتالي هناك علاقة ارتباط قوية بين كل محور وعباراته .

4-2-2- الثبات:

يعرف ثبات الاختبار بأنه درجة التماسك التي يمكن لوسيلة القياس المستخدمة لتطبيقها، كما تعني مدى اتساق الاختبار ومدى الدقة التي نقيس بها اختبار لظاهرة موضوع القياس، كما يمكن القول بأن مدى الدقة واتساق للقياسات التي يتم الحصول عليها فيما يقيسه الاختبار و إعتدنا للكشف عن ثبات الاستبيان وذلك باستعمال معامل الارتباط ألفا كرونباخ.

الجدول رقم 04 يمثل معامل الارتباط ألفا كرونباخ

Cronbach's Alpha	N of Items
0.983	22

5- إجراءات التطبيق الميداني للأداة :

بعد إكمال الجانب النظري توجه الباحث للجانب التطبيقي الذي قام فيه بضبط الاستبيان الخاص بمدربي أندية ولاية برج بوعريريج للكرة الطائرة حيث قام بتوزيع 16 إستمارة إستبيان عليهم بتاريخ من 1 أفريل إلى 15 أفريل 2015 لأخذ ومعرفة رأيهم حول دور القدرات التوافقية في تحسين دقة الضرب الساحق في الكرة الطائرة .

حيث واجه الباحث صعوبات في إيجاد المدربين و أوقات التدريبات , و كذلك وجد صعوبة في توزيع إستمارة الإستبيان على النادي الرياضي البرايجي و ذلك لإرتباط المدربين بكأس الجمهورية و كذلك البطولة الوطنية , و بالنسبة لمدربي الفئات الأخرى بإعتبارهم لاعبين و إداريين .

6- الأساليب الإحصائية:

بعد عملية جمع البيانات قمنا بعملية تفرغها وفرزها حيث تم في هذه العملية حساب عدد تكرارات الأجوبة الخاصة بكل سؤال في الاستبيان و قمنا بإستخدام الأساليب الإحصائية التالية :

6-1- النسب المئوية :

لدينا النسبة المئوية "س"

تكرار العينة "ك"

مجموع العينة "ن"

حيث: ن ← 100%

ك ← س = س (ك/ن) .100

6-2- اختبار كا²:

يسمح لنا هذا الاختبار بإجراء مقارنة بين مختلف النتائج المحصل عليها من خلال الاستبيان الموجه للمدرين وذلك عن طريق التكرارات الحقيقية المشاهدة والتكرارات المتوقعة.

(مج التكرار الحقيقي - مج التكرار المتوقع)²

= كا²

التكرار المتوقع

6-3- معامل ألفا كرونباخ لحساب معدل ثبات الأداة⁽¹⁾:

$\frac{(1 - \text{مج ع} 2 \text{ لكل عبارة})}{2\text{ع}}$	$\frac{\text{ن}}{1-\text{ن}}$
---	-------------------------------

6-4- معادلة لوشير: ص م = $\frac{2/ -}{2/}$

✓ ص م : صدق المحكمين للعبارة الأولى .

✓ ن م : المحكمين الذين إعتبرو أن العبارة مناسبة .

✓ ن / 2 : عدد المحكمين ÷ 2

✓ ص م ك = صدق العبارات الكلي .

1- مقدم عبد الحفيظ، الإحصاء النفسي والتربوي، الديوان الوطني للمطبوعات الجامعية، ط1، الجزائر، 1993، ص 69.

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها

ومناقشتها

1- عرض النتائج و تحليلها:

الفرضية الأولى : للقدرات التوافقية دور في زيادة دقة اجتياز الضرب الساحق لجدار الصد

العبارة الأولى : لتقدير الوضع من طرف اللاعب تأثير على اجتياز الكرة لجدار الصد.

الغرض من العبارة : معرفة إمكانية تأثير تقدير الوضع الذي يكون عليه اللاعب أثناء قيامه بالضرب الساحق على إختراق الكرة لجدار الصد.

الجدول رقم 05: يوضح مدى تأثير القدرة على تقدير الوضع في إختراق الكرة لجدارالصد

الدلالة الاحصائية	كا ²	النسبة المئوية	التكرارات	الاستجابة	العبارة
0.12	6.250	81.3%	13	نعم	لتقدير الوضع من طرف اللاعب تأثير على اجتياز الكرة لجدار الصد.
		0	0	لا	
		18.8%	3	نوعا ما	
		100%	16	المجموع	

تحليل نتائج الجدول الخامس :

يظهر من خلال نتائج الجدول رقم 05 : أن الاجابة بنعم تحصلت على تكرار 13 من 16 بنسبة 81.3% في حين أخذت الاجابة ب نوعا ما على تكرار 3 من 16 أي ما يعادل نسبة 18.8% .

وقد أخذ اختبار (كا²) قيمة 6.250 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05.

ومن هنا نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم و يظهر ذلك في إجابات المدربين الذين إعتبروا تقدير الوضع من طرف اللاعب قبل الارتقاء دليل على نجاح الضرب الساحق و عليه يمكن القول أن القدرة على تقدير الوضع لها دور كبير و فعال في اختراق الكرة لجدار الصد عند أداء مهارة الضرب الساحق .

العبرة الثانية : يعتبر الربط الحركي الجيد لمهارة الضرب الساحق من اسباب اتقانها .

الغرض من العبرة : معرفة الدور الذي يلعبه الربط الحركي لمهارة الضرب الساحق في نجاحها و اتقانها .

الجدول رقم 06 : يوضح دور الربط الحركي في إتقان مهارة الضرب الساحق.

الدلالة الاحصائية	كا ²	النسبة المئوية	التكرارات	الاستجابة	العبرة
0.10	9.125	68.8%	11	نعم	يعتبر الربط الحركي الجيد لمهارة الضرب الساحق من اسباب اتقانها.
		12.5%	2	لا	
		18.8%	3	نوعا ما	
		100%	16	المجموع	

تحليل نتائج الجدول السادس :

يظهر من خلال نتائج الجدول رقم 06 : أن الاجابة بنعم تحصلت على تكرار 11 من 16 بنسبة 68.8% في حين أخذت الاجابة ب لا على تكرار 2 من 16 أي بنسبة 12.5% ، و تحصلت الإجابة ب نوعا ما على تكرار 3 من 16 أي ما يعادل نسبة 18.8% .

وقد أخذ اختبار (كا²) قيمة 9.125 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05.

ومن هنا نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم , و يظهر ذلك من خلال إجابات معظم المدربين بأن القدرة على الربط الحركي من أسباب نجاح و اتقان مهارة الضرب الساحق, لأن مهارة الضرب الساحق عبارة عن مجموعة من الحركات الصعبة و المعقدة تحتاج لقدرة كبيرة على الربط , ليصل بذلك اللاعب إلى أداء مهارة متقنة تؤدي به إلى التلاعب بجدار الصد كيف يشاء و بالتالي تفاديه .

العبرة الثالثة : التوازن صفة ضرورية يتميز بها اللاعب الضارب.

الغرض من العبرة : معرفة ضرورة تمتع اللاعب الضارب بالقدرة على التوازن عند تأدية المهارة .

الجدول رقم 07 : يوضح ضرورة تمتع اللاعب الضارب بالقدرة على التوازن .

العبرة	الاستجابة	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²	الدلالة الاحصائية
التوازن صفة ضرورية يتميز بها اللاعب الضارب.	نعم	14	87.5%	9.000	0.03
	لا	0	0		
	نوعا ما	2	12.5%		
	المجموع	16	100%		

تحليل نتائج الجدول السابع :

يظهر من خلال نتائج الجدول رقم 07 : أن الاجابة بنعم تحصلت على تكرار 14 من 16 بنسبة 87.5% في حين أخذت الاجابة ب نوعا ما على تكرار 2 من 16 أي ما يعادل نسبة 12.5% .

وقد أخذ اختبار (كا²) قيمة 9.000 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05.

ومن هنا نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم، و يظهر ذلك من خلال آراء المدربين الذين صوت معظمهم بأن القدرة على التوازن صفة ضرورية يجب أن يتمتع بها اللاعب الضارب و تتجلى أهميتها في كون القدرة على التوازن تساعد اللاعب الضارب على أداء مهارة الضرب الساحق بنجاعة و إتقان

العبرة الرابعة : يحتاج اللاعب لبذل الجهد المناسب لأداء مهارة السحق بنجاح و تفادي حائط الصد .

الغرض من العبرة : معرفة مدى احتياج اللاعب لبذل الجهد المناسب لأداء مهارة الضرب الساحق بنجاح .

الجدول رقم 08 : يوضح إحتياج اللاعب لبذل الجهد المناسب عند أداء مهارة الضرب الساحق .

العبرة	الاستجابة	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²	الدلالة الاحصائية
يحتاج اللاعب لبذل الجهد المناسب لاداء لمهارة السحق بنجاح و تفادي حائط الصد .	نعم	10	62.5%	7.625	0.22
	لا	1	6.3%		
	نوعا ما	5	31.3%		
	المجموع	16	100%		

تحليل نتائج الجدول الثامن :

يظهر من خلال نتائج الجدول رقم 08 : أن الاجابة بنعم تحصلت على تكرار 10 من 16 بنسبة 62.5% في حين أخذت الاجابة ب لا على تكرار 1 من 16 أي بنسبة 6.3% ، و تحصلت الإجابة ب نوعا ما على تكرار 5 من 16 أي ما يعادل نسبة 31.3% .

وقد أخذ اختبار (كا²) قيمة 7.625 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05.

ومن هنا نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم وعليه يمكن القول بأن مجموع الآراء لأفراد العينة يرون بأن القدرة على بذل الجهد المناسب خلال أداء مهارة الضرب الساحق لها دور كبير في نجاحها و اختراق جدار الصد، و ذلك بضرب الكرة بالقوة اللازمة لتفادي جدار الصد ، و الوضع الذي يكون فيه اللاعب بعد قراءة المتغيرات في جدار الصد ، فالضرب الساحق يحتاج إلى قوة كبيرة لمباغته الدفاع و الحائط و تظهر أهميته من خلال إجابات المدربين .

العبارة الخامسة : يحتاج اللاعب القوة البدنية للأداء الحركي لمهارة السحق .

الغرض من العبارة : معرفة مدى احتياج اللاعب للقوة البدنية للأداء الحركي لمهارة الضرب الساحق .

الجدول رقم 09 : يوضح مدى إحتياج اللاعب للقوة البدنية لأداء مهارة الضرب الساحق .

العبارة	الاستجابة	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²	الدلالة الاحصائية
يحتاج اللاعب القوة البدنية للأداء الحركي لمهارة السحق .	نعم	10	62.5%	6.500	0.039
	لا	2	12.5%		
	نوعا ما	4	25%		
	المجموع	16	100%		

تحليل نتائج الجدول التاسع :

يظهر من خلال نتائج الجدول رقم 09 : أن الاجابة بنعم تحصلت على تكرار 10 من 16 بنسبة 62.5% في حين أخذت الاجابة ب لا على تكرار 2 من 16 أي بنسبة 12.5% ، و تحصلت الإجابة ب نوعا ما على تكرار 4 من 16 أي ما يعادل نسبة 25% .

وقد أخذ اختبار (كا²) قيمة 6.500 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05.

ومن هنا نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم , ويظهر ذلك من خلال إجابات معظم المدربين على العبارة الرابعة بنعم لبذل الجهد المناسب و أولوا إهتمامهم بالقوة البدنية , أي أن القوة البدنية و العضلية لها دور كبير في نجاح و تفادي جدار الصد للمنافس و بالتالي القوة العضلية ضرورية يجب أن يتميز بها اللاعب الضارب , و مهارة الضرب الساحق يجب أن تؤدي بقوة كبيرة , و إتجاه الكرة نحو منطقة الخصم يكون سريعا بحيث يصعب التصدي لها .

العبرة السادسة : تقدير اللاعب للوقت المناسب لضرب الكرة يؤدي الى اختراق جدار الصد .

الغرض من العبرة : معرفة تأثير تقدير اللاعب للوقت المناسب لضرب الكرة عند الإرتقاء في إختراق جدار الصد.

الجدول رقم 10 : يوضح تأثير تقدير اللاعب للوقت المناسب لضرب الكرة في إختراق جدار الصد .

العبرة	الاستجابة	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²	الدلالة الاحصائية
تقدير اللاعب للوقت المناسب لضرب الكرة يؤدي إلى إختراق جدار الصد	نعم	12	75%	12.875	0.002
	لا	1	6.3%		
	نوعا ما	3	18.8%		
	المجموع	16	100%		

تحليل نتائج الجدول العاشر :

يظهر من خلال نتائج الجدول رقم 10 : أن الاجابة بنعم تحصلت على تكرار 12 من 16 بنسبة 75% في حين أخذت الاجابة ب لا على تكرار 1 من 16 أي بنسبة 6.3% ، و تحصلت الإجابة ب نوعا ما على تكرار 3 من 16 أي ما يعادل نسبة 18.8% .

وقد أخذ اختبار (كا²) قيمة 12.875 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05.

ومن هنا نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم , أي أن أفراد العينة يعتبرون تقدير اللاعب للوقت المناسب لضرب الكرة له أهمية بالغة في مهارة الضرب الساحق و بالتالي إختراق جدار الصد أو تفاديه , و تقدير الوقت المناسب هو سر النجاح حسب رأي أغلبية المدربين , فاللاعب الذي يفتقر لهذه القدرة غالبا ما ينجح في السحق , فهي تحتاج لتدريبات متكررة تخص المهارة لتصبح آلية في الأداء و هي قدرة مكتملة لتقدير الوضع , فعند أداء الخطوات التقريبية يجب أن يختار اللاعب الوقت المناسب و يقدره ليصل إلى الكرة ومنه يكون الضرب الساحق فعالا.

العبارة السابعة : للاستجابة السريعة تأثير على نجاح الضرب الساحق و بالتالي تفادي حائط الصد.

الغرض من العبارة : معرفة مدى تأثير الإستجابة السريعة في نجاح الضرب الساحق و تفادي حائط الصد .

الجدول رقم 11 : يوضح مدى تأثير الإستجابة السريعة في نجاح الضرب الساحق.

العبارة	الاستجابة	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²	الدلالة الاحصائية
للاستجابة السريعة تأثير على نجاح الضرب الساحق و بالتالي تفادي حائط الصد.	نعم	12	75%	12.875	0.02
	لا	1	6.3%		
	نوعا ما	3	18.8%		
	المجموع	16	100%		

تحليل نتائج الجدول الحادي عشر :

يظهر من خلال نتائج الجدول رقم 11 : أن الاجابة بنعم تحصلت على تكرار 12 من 16 بنسبة 75% في حين أخذت الاجابة ب لا على تكرار 1 من 16 أي بنسبة 6.3% ، و تحصلت الإجابة ب نوعا ما على تكرار 3 من 16 أي ما يعادل نسبة 18.8% .

وقد أخذ اختبار (كا²) قيمة 12.875 وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05.

ومن هنا نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم ومنه يتبين لنا، أن أغلبية المدربين أقرروا بأن الأستجابة السريعة من طرف اللاعب الضارب لها أهمية بالغة في نجاحه و إختراقه لجدار الصد ، فاللاعب المعد قد يقوم بالإعداد لأي لاعب مهاجم ، و اللاعب الذي يفتقر لهذه القدرة قد يصل متأخرا للكرة ، و بالتالي تنقص خطورتها و فعاليتها .

العبارة الثامنة : عند أداء اللاعب مهارة السحق باتقان و تفادي حائط الصد نلاحظ وجود إيقاع حركي في ادائه.

الغرض من العبارة : معرفة مدى احتياج اللاعب لإيقاع حركي عند أداء مهارة الضرب الساحق .

الجدول رقم 12 : يوضح مدى إحتياج اللاعب لإيقاع حركي لأداء مهارة الضرب الساحق .

العبارة	الاستجابة	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²	الدلالة الاحصائية
عند أداء اللاعب مهارة السحق باتقان و تفادي حائط الصد نلاحظ وجود إيقاع حركي في ادائه.	نعم	14	%87.5	9.000	0.03
	لا	0	0		
	نوعا ما	2	%12.5		
	المجموع	16	%100		

تحليل نتائج الجدول الثاني عشر :

يظهر من خلال نتائج الجدول رقم 12 : أن الاجابة بنعم تحصلت على تكرار 14 من 16 بنسبة %75 في حين أخذت الاجابة ب نوعا ما على تكرار 2 من 16 أي ما يعادل نسبة %12.5 .

وقد أخذ اختبار (كا²) قيمة 9.000 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05.

ومن هنا نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم , أي أن معظم المدربين لاحظوا وجود إيقاع حركي عند اللاعبين في الأداء الفني لمهارة الضرب الساحق , و نجاحها راجع إلى قدرة اللاعب على إستيعاب و إيجاد الحركات المناسبة في الوقت المناسب لها , فالضرب الساحق هو مجموعة من الحركات تحتاج حسب أغلبية المدربين إلى وجود إيقاع حركي يستدعي به اللاعب تلك الحركات لإتقان المهارة و بالتالي النجاح في إختراق جدار الصد و كذلك التقليل في الجهد و الوقت .

العبارة التاسعة : و عي اللاعب الضارب و تقديره للمتغيرات داخل الملعب يساعده على أداء ضرب ساحق ناجح .

الغرض من العبارة : معرفة مدى مساهمة و عي اللاعب و تقديره للمتغيرات المختلفة التي تحدث خلال المنافسة في تأدية الضرب الساحق بنجاح .

الجدول رقم 13 : يوضح مساهمة تقدير اللاعب للمتغيرات داخل الملعب في نجاح الضرب الساحق .

العبارة	الاستجابة	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²	الدلالة الاحصائية
وعى اللاعب الضارب و تقديره للمتغيرات داخل الملعب يساعده على أداء ضرب ساحق ناجح .	نعم	13	81.3%	6.250	0.12
	لا	0	0		
	نوعا ما	3	18.8%		
	المجموع	16	100%		

تحليل نتائج الجدول الثالث عشر :

يظهر من خلال نتائج الجدول رقم 13 : أن الاجابة بنعم تحصلت على تكرار 13 من 16 بنسبة 81.3% في حين أخذت الاجابة ب نوعا ما على تكرار 3 من 16 أي ما يعادل نسبة 18.8% .

وقد أخذ اختبار (كا²) قيمة 6.250 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05.

ومن هنا نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم , و هذا دليل على أن المدربين يعتبرون قراءة اللاعب للمتغيرات التي تحدث داخل الملعب تساعده في نجاح الضرب الساحق , كما أن و عي اللاعب و تركيزه على المثريات التي تحدث تسمح له في إيجاد الحلول المناسبة عند أدائه مهارة الضرب الساحق التي تحتاج إلى بقاءه مركزا أثناء المقابلة حتى نهايتها .

العبارة العاشرة : سرعة رد الفعل ضرورية في نجاح الضرب الساحق .

الغرض من العبارة : معرفة مدى ضرورة سرعة رد الفعل من طرف اللاعب الضارب في نجاح الضرب الساحق و

بالتالي مباحثة حائط الصد .

الجدول رقم 14 : يوضح مدى ضرورة سرعة رد الفعل من طرف اللاعب الضارب.

الدلالة الاحصائية	كا ²	النسبة المئوية	التكرارات	الاستجابة	العبارة
0.02	12.875	%75	12	نعم	سرعة رد الفعل ضرورية في نجاح الضرب الساحق.
		%6.3	1	لا	
		%18.8	3	نوعا ما	
		%100	16	المجموع	

تحليل نتائج الجدول الرابع عشر :

يظهر من خلال نتائج الجدول رقم 14 : أن الاجابة بنعم تحصلت على تكرار 12 من 16 بنسبة %75 في حين أخذت الاجابة ب لا على تكرار 1 من 16 أي بنسبة %6.3، و تحصلت الإجابة ب نوعا ما على تكرار 3 من 16 أي ما يعادل نسبة %18.8 .

وقد أخذ اختبار (كا²) قيمة 12.875 وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05.

ومن هنا نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم , و هذا يعني ضرورة تمتع اللاعب الضارب بسرعة رد الفعل التي حسب رأي المدربين و إجابتهم بنعم , قدرة يتصف بها اللاعب عند إنتظاره للكرة من طرف اللاعب المعد و هي مرتبطة بالقدرة على الوصول للكرة في الوقت المناسب , و من خلال العبارة رقم 07 يتبين لنا مدى تمسك المدربين بسرعة رد الفعل أو الإستجابة السريعة لما لها من أهمية كبيرة في نجاح الضرب الساحق و بالتالي تفادي جدار الصد.

العبارة الحادية عشر : التمرکز الجيد في الملعب يساعد اللاعب الضارب في تفادي حائط الصد .

الغرض من العبارة : معرفة دور التمرکز الجيد في الملعب و مساعدته للاعب الضارب في تفادي حائط الصد .

الجدول رقم 15 : دور التمرکز الجيد في الملعب للاعب الضارب في تفادي حائط الصد .

العبارة	الاستجابة	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²	الدلالة الاحصائية
التمرکز الجيد في الملعب يساعد اللاعب الضارب في تفادي حائط الصد .	نعم	15	%93.8	12.250	0.000
	لا	1	%6.3		
	نوعا ما	0	0		
	المجموع	16	%100		

تحليل نتائج الجدول الخامس عشر :

يظهر من خلال نتائج الجدول رقم 15 : أن الاجابة بنعم تحصلت على تكرار 15 من 16 بنسبة %93.8 في حين أخذت الاجابة ب لا على تكرار 1 من 16 أي بنسبة %6.3 .،

وقد أخذ اختبار (كا²) قيمة 12.250 وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05.

ومن هنا نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم ,ومنه تبين لنا أن معظم المدربين يرون أن اللاعب الضارب عندما يكون متمكنا في موضع مناسب و جيد , فإن تأديته للضرب الساحق يكون فعالا و ناجحا , لأن المهارة تحتاج إلى مسافة معينة للقيام بها على أكمل وجه , و لعبة الكرة الطائرة أساسا يجب أن يكون لاعبيها متمركزين في موضع جيد و خاصة اللاعب الضارب .

العبرة الثانية عشر : في رأيكم هل تعتبر القدرات التوافقية صفة يتمتع بها اللاعب الضارب عند اداء الضرب الساحق الموجه و هل تسهم في اختراق جدار الصد

الغرض من العبرة: معرفة مدى تمتع اللاعب الضارب بالقدرات التوافقية و مدى مساهمتها في إختراق جدار الصد.

التحليل و الإستنتاج:

من خلال فرز نتائج الاستبيان،لاحظنا أن إجابات المدربين كانت أغلبها منصبة في إتجاه واحد , فمنهم من قال أن اللاعب الضارب أو مهارة الضرب الساحق هي الحاسمة في نتيجة المقابلة لأنها المفتاح في إحراز النقاط , و أجابوا أن اللاعب الذي يتميز بسرعة رد الفعل و التوازن يكون ضربه الساحق ناجحا , و أجاب آخرون بأن التمرکز الجيد و التكييز و البقاء داخل جو المنافسة لو دور في تفادي جدار الصد مهما كان عدده, و كذلك القوة البدنية عند ضرب الكرة , و من هذه الإجابات نرى أن معظم المدربين يقرون بأن القدرات التوافقية , يجب أن يتمتع بها اللاعب الضارب , و كما جاء في إجاباتهم أن لهذه القدرات دور كبير في تجنب حائط الصد .

الفرضية الثانية : للقدرات التوافقية دور في دقة اصابة الضرب الساحق للمساحات البيئية

العبارة الثالثة عشر : لبذل الجهد المناسب خلال عملية الضرب الساحق دور في وصول الكرة للمساحات البيئية .

الفرض من العبارة : معرفة دور بذل الجهد المناسب خلال تأدية اللاعب للضرب السحق في وصول الكرة

للمساحات البيئية في منطقة الخصم .

الجدول رقم 16 : دور بذل الجهد المناسب في وصول الكرة للمساحات البيئية في منطقة الخصم.

العبارة	الاستجابة	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²	الدلالة الاحصائية
لبذل الجهد المناسب خلال عملية الضرب الساحق دور في وصول الكرة للمساحات البيئية .	نعم	12	75%	12.875	0.02
	لا	1	6.3%		
	نوعا ما	3	18.8%		
	المجموع	16	100%		

تحليل نتائج الجدول السادس عشر:

يظهر من خلال نتائج الجدول رقم 16 : أن الاجابة بنعم تحصلت على تكرار 12 من 16 بنسبة 75% في حين أخذت الاجابة ب لا على تكرار 1 من 16 أي بنسبة 6.3% ، و تحصلت الإجابة ب نوعا ما على تكرار 3 من 16 أي ما يعادل نسبة 18.8% .

وقد أخذ اختبار (كا²) قيمة 12.875 وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05.

ومن هنا نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم , و منه تبين لنا حسب معظم المدربين بأن لبذل اللاعب الجهد المناسب و إعطاء الكرة القوة اللازمة ضرورية في وصول الكرة للمساحات البيئية , و إستهداف الثغرات في منطقة الخصم, أي ضرب الكرة بالقوة ليكون مسارها سريعا يصعب على لاعبي الخصم إستقبالها و الدفاع عن منطقتهم .

العبرة الرابعة عشر : للقدرات التوافقية للاعب دور في قراءة المتغيرات داخل الملعب .

الغرض من العبرة : معرفة دور القدرات التوافقية التي يمتلكها اللاعب في قراءة المتغيرات التي تحدث داخل الملعب.

الجدول رقم 17 : يوضح دور القدرات التوافقية للاعب في قراءة المتغيرات داخل الملعب.

الدلالة الاحصائية	كا ²	النسبة المئوية	التكرارات	الاستجابة	العبرة
0.012	6.250	81.3%	13	نعم	للقدرات التوافقية للاعب دور في قراءة المتغيرات داخل الملعب .
		0	0	لا	
		18.8%	3	نوعا ما	
		100%	16	المجموع	

تحليل نتائج الجدول الخامس عشر :

يظهر من خلال نتائج الجدول رقم 15 : أن الاجابة بنعم تحصلت على تكرار 12 من 16 بنسبة 81.3% في حين أخذت الاجابة ب نوعا ما على تكرار 3 من 16 أي ما يعادل نسبة 18.8% .

وقد أخذ اختبار (كا²) قيمة 6.250 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05.

ومن هنا نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم, ويظهر لنا بأن معظم الدربين يرون بأن القدرات التوافقية التي يمتلكها اللاعب تساعد في إيجاد الحلول و قراءة المتغيرات التي تحدث داخل الملعب و أثناء المنافسة , و القدرات التوافقية حسب المدربين تبقي اللاعب يقضا و منتبها لمجريات القابلة و تسمح له بالتكيف و الانسجام و كذلك توقع ما سيحدث .

العبرة الخامسة عشر : الاستجابة السريعة تزيد القدرة على الضرب الساحق و إيجاد الثغرات في منطقة الخصم.

الغرض من العبرة : معرفة دور الإستجابة السريعة في زيادة القدرة على الضرب الساحق و إيجاد الثغرات في منقة الخصم .

الجدول رقم 18 : دور الإستجابة السريعة في زيادة القدرة على الضرب الساحق .

الدلالة الاحصائية	كا ²	النسبة المئوية	التكرارات	الاستجابة	العبرة
0.000	21.125	%87.5	14	نعم	الاستجابة السريعة تزيد القدرة على الضرب الساحق و إيجاد الثغرات في منطقة الخصم.
		%6.3	1	لا	
		%6.3	1	نوعا ما	
		%100	16	المجموع	

تحليل نتائج الجدول الثامن عشر :

يظهر من خلال نتائج الجدول رقم 18 : أن الاجابة بنعم تحصلت على تكرار 14 من 16 بنسبة %87.5 في حين أخذت الاجابة ب لا على تكرار 1 من 16 أي بنسبة %6.3 ، و تحصلت الإجابة ب نوعا ما على تكرار 1 من 16 أي ما يعادل نسبة %6.3 .

وقد أخذ اختبار (كا²) قيمة 21.125 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05.

ومن هنا نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم , ومنه يبين لنا حسب إجابات المدربين أن الإ استجابة السريعة من طرف اللاعب الضارب تزيد قدرته على الضرب الساحق و إيجاد الثغرات و المساحات البينية في منطقة الخصم , فالإستجابة السريعة للاعب و الإرتقاء في الوقت المناسب تسمح له بالضرب في أي مكان يراه مناسباً و بالتالي يستهدف الثغرات في منطقة الخصم.

العبارة السادسة عشر: القدرة على الارتقاء تؤدي الى كشف المساحات البينية في منطقة المنافس.

الغرض من العبارة : معرفة دور القدرة على الإرتقاء في كشف المساحات و الثغرات في منطقة الخصم .

الجدول رقم 19 : يوضح دور القدرة على الإرتقاء في كشف المساحات البينية .

العبارة	الاستجابة	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²	الدلالة الاحصائية
القدرة على الارتقاء تؤدي الى كشف المساحات البينية في منطقة المنافس.	نعم	13	81.3%	16.625	0.000
	لا	2	12.5%		
	نوعا ما	1	6.3%		
	المجموع	16	100%		

تحليل نتائج الجدول التاسع عشر :

يظهر من خلال نتائج الجدول رقم 19 : أن الاجابة بنعم تحصلت على تكرار 13 من 16 بنسبة 81.3% في حين أخذت الاجابة ب لا على تكرار 2 من 16 أي بنسبة 12.5% ، و تحصلت الإجابة ب نوعا ما على تكرار 1 من 11 أي ما يعادل نسبة 6.3% .

وقد أخذ اختبار (كا²) قيمة 16.625 وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05.

ومن هنا نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم , و منه تبين لنا حسب إجابات المدربين بأن قدرة اللاعب على الإرتقاء و بذله للجهد المناسب خلال أدائه مهارة الضرب الساحق تساعده في كشف المساحات البينية و إستهدافها مباشرة , فالتوافق و الربط الحركي مع و وجود قوة عضلية للرجلين تساعد كذلك في القدرة على الإرتقاء إلى أبعد نقطة , و بالتالي كشف المساحات البينية و إستهدافها وهذا حسب إقرار المدربين بذلك .

العبرة السابعة عشر : التكيف مع الأوضاع يسهم في دقة إيصال الكرة إلى المكان المناسب.

الغرض من العبرة : هو مدى مساهمة تكيف اللاعب مع الأوضاع داخل الملعب في دقة إيصال الكرة للمكان المناسب.

الجدول رقم 20 : يوضح مدى مساهمة تكيف اللاعب مع الأوضاع داخل الملعب في دقة إيصال الكرة للمكان المناسب.

العبارة	الاستجابة	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²	الدلالة الاحصائية
التكيف مع الأوضاع يسهم في دقة إيصال الكرة إلى المكان المناسب.	نعم	12	75%	12.875	0.02
	لا	1	6.3%		
	نوعاً ما	3	18.8%		
	المجموع	16	100%		

تحليل نتائج الجدول العشرون :

يظهر من خلال نتائج الجدول رقم 20 : أن الإجابة بنعم تحصلت على تكرار 16 من 16 بنسبة 100% في حين لم تأخذ الإجابة ب لا و نوعاً ما على أي تكرار .

وقد أخذ اختبار (كا²) قيمة 12.875 وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05.

ومن هنا نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم و منه تبين لنا حسب إجابات المدربين بأن قدرة تكيف اللاعب مع الأوضاع المختلفة التي تحدث داخل الملعب , و التي قد تطرأ فجأة تساعده في إيجاد الحلول المناسبة و الهادفة في وقت ضيق و سريع , و كذلك تساعده في أداء الضرب الساحق بفعالية و دقة كبيرة و بالتالي إيصال الكرة للمكان المناسب وذلك بعد إيجاده لثغرة في منطقة الخصم .

العبارة الثامنة عشر : أداء مهارة السحق بايقاع حركي تساهم في نجاحه و إيجاد الثغرات.

الغرض من العبارة : معرفة مدى مساهمة الإيقاع الحركي في نجاح مهارة الضرب الساحق و إيجاد الثغرات .

الجدول رقم 21 : يوضح مدى مساهمة الإيقاع الحركي في نجاح مهارة الضرب الساحق و إيجاد الثغرات.

العبارة	الاستجابة	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²	الدلالة الاحصائية
أداء مهارة السحق بايقاع حركي تساهم في نجاحه و إيجاد الثغرات.	نعم	15	93.8%	12.250	0.000
	لا	1	6.3%		
	نوعا ما	0	0		
	المجموع	16	100%		

تحليل نتائج الجدول الواحد و العشرون :

يظهر من خلال نتائج الجدول رقم 21 : أن الاجابة بنعم تحصلت على تكرار 15 من 16 بنسبة 93.8% في حين أخذت الاجابة ب لا على تكرار 1 من 16 أي بنسبة 6.3% .

وقد أخذ اختبار (كا²) قيمة 12.250 وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05.

ومن هنا نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم ,ومنه تبين لنا أن معظم المدربين يرون بأن اللاعب الضارب الذي يتمتع بإيقاع حركي في أداء مهارة الضرب الساحق , يستطيع إيجاد الثغرات في منطقة الخصم و إستهدافها بسهولة لأن أدائه المهاري يكون متقنا و سريعا .

العبارة التاسعة عشر : التوازن يسمح للاعب الضارب إيصال الكرة للمساحات البينية بدقة .

الغرض من العبارة : معرفة مدى احتياج اللاعب للتوازن لإيصال الكرة للمساحات البينية بدقة .

الجدول رقم 22 : يوضح مدى إحتياج اللاعب للتوازن لإيصال الكرة للمساحات البينية بدقة.

العبارة	الاستجابة	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²	الدلالة الاحصائية
التوازن يسمح للاعب الضارب إيصال الكرة للمساحات البينية بدقة .	نعم	14	%87.5	9.000	0.03
	لا	2	%12.5		
	نوعا ما	0	0		
	المجموع	16	%100		

تحليل نتائج الجدول الثاني و العشرون :

يظهر من خلال نتائج الجدول رقم 22 : أن الاجابة بنعم تحصلت على تكرار 14 من 16 بنسبة %87.5 في حين أخذت الاجابة ب لا على تكرار 2 من 16 أي بنسبة %12.5

وقد أخذ اختبار (كا²) قيمة 9.000 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05.

ومن هنا نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم , أي أن اللاعب الضارب يجب أن يتمتع بالتوازن الجيد , لأن ذلك حسب المدربين يساعده في دقة إيصاله للكرة إلى المساحات البينية في نقطة الخصم, و حسب إجابات المدربين فإن اللاعب الذي يختل توازنه قد يرمي الكرة إلى أي منطقة كانت وبالتالي تفقد دقتها و خطورتها .

العبرة العشرون : الربط الحركي عند أداء مهارة السحق له دور في وصول الكرة للمساحات البينية.

الغرض من العبرة : معرفة دور الربط الحركي عند أداء مهارة السحق في وصول الكرة للمساحات البينية.

الجدول رقم 23 : يوضح دور الربط الحركي في وصول الكرة للمساحات البينية.

الدلالة الاحصائية	كا ²	النسبة المئوية	التكرارات	الاستجابة	العبرة
0.002	12.875	75%	12	نعم	الربط الحركي عند أداء مهارة السحق له دور في وصول الكرة للمساحات البينية.
		6.3%	1	لا	
		18.8%	3	نوعا ما	
		100%	16	المجموع	

تحليل نتائج الجدول الثالث و العشرون :

يظهر من خلال نتائج الجدول رقم 23 : أن الاجابة بنعم تحصلت على تكرار 12 من 16 بنسبة 75% في حين أخذت الاجابة ب لا على تكرار 1 من 16 أي بنسبة 6.3% ، و تحصلت الإجابة ب نوعا ما على تكرار 3 من 16 أي ما يعادل نسبة 18.8% .

وقد أخذ اختبار (كا²) قيمة 12.875 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05.

ومن هنا نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم , ومنه يتبين لنا حسب إجابات المدربين بأن الربط الحركي لمهارة الضرب الساحق له دور كبير و فعال في وضع الكرة في المساحات البينية , لأنه يزيد من فعاليتها و إتقانها , كما يسهم في تناسق الحركات المختلفة من خطوات تقريبية و إرتقاء و ضرب الكرة و استهدافها للشغرات في منطقة المنافس ثم الهبوط بكل إرتياحية .

العبرة الواحدة و العشرون : فشل مهارة السحق و خروج الكرة من الملعب راجع إلى عدم تمتع اللاعب بالدقة.
الغرض من العبرة : معرفة مدى مساهمة تمتع اللاعب بالدقة في نجاح مهارة الضرب السحق و إستغلال الثغرات.

الجدول رقم 24 : مدى مساهمة تمتع اللاعب بالدقة في نجاح مهارة الضرب السحق.

العبرة	الاستجابة	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²	الدلالة الاحصائية
فشل مهارة السحق و خروج الكرة من الملعب راجع إلى عدم تمتع اللاعب بالدقة	نعم	14	%87.5	9.000	0.003
	لا	0	0		
	نوعا ما	2	%12.5		
	المجموع	16	%100		

تحليل نتائج الجدول الرابع و العشرون :

يظهر من خلال نتائج الجدول رقم 24 : أن الاجابة بنعم تحصلت على تكرار 14 من 16 بنسبة %87.5 في حين أخذت الاجابة ب نوعا ما على تكرار 2 من 16 أي ما يعادل نسبة %12.5 .

وقد أخذ اختبار (كا²) قيمة 9.000 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05.

ومن هنا نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم , ومنه حسب آراء المدربين فإن الدقة صفة ضرورية يجب أن يتصف بها اللاعب الضارب , لأنها سر نجاح الضرب السحق و إستغلال المساحات البينية و نقاط ضعف الخصم , فهي قدرة يجب أن نجدها عند لاعبي الكرة الطائرة و يجب أن تنمى و خاصة عند اللاعب الضارب.

العبرة الثانية و العشرون : وصول الكرة للمساحات البينية له علاقة بالقوة في ضرب الكرة .

الغرض من العبرة : معرفة علاقة القوة في ضرب الكرة ووصولها للمساحات البينية .

الجدول رقم 25 : يوضح علاقة القوة في ضرب الكرة بوصولها للمساحات البينية .

الدلالة الاحصائية	كا ²	النسبة المئوية	التكرارات	الاستجابة	العبرة
0.003	9.000	%87.5	14	نعم	وصول الكرة للمساحات البينية له علاقة بالقوة في ضرب الكرة .
		0	0	لا	
		%12.5	2	نوعا ما	
		%100	16	المجموع	

تحليل نتائج الجدول الخامس و العشرون :

يظهر من خلال نتائج الجدول رقم 25 : أن الاجابة بنعم تحصلت على تكرار 14 من 16 بنسبة %87.5 في حين أخذت الاجابة ب نوعا ما على تكرار 2 من 16 أي ما يعادل نسبة %12.5 .

وقد أخذ اختبار (كا²) قيمة 9.000 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05.

ومن هنا نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم , و منه يتبين لنا ان المدربين يرون بأن ضرب الكرة بالقوة اللازمة له علاقة كبيرة في وصول الكرة للمساحات البينية , و هذا راجع إلى قدرة اللاعب على بذل الجهد المناسب و إعطاء الكرة القوة اللازمة لتكون ذات خطورة كبيرة على الخصم وبالتالي إستهداف المساحات البينية , و تزداد صعوبتها بقوة ضربها .

العبارة الثالثة و العشريون: سرعة رد الفعل تسهم في دقة الضرب الساحق و إيصال الكرة لمنطقة الخصم.

الغرض من العبارة: معرفة مدى مساهمة سرعة رد الفعل في دقة الضرب الساحق و بالتالي إيصال الكرة لمنطقة الخصم.

الجدول رقم 26: يوضح مدى مساهمة سرعة رد الفعل في دقة الضرب الساحق و إيصال الكرة لمنطقة الخصم.

العبارة	الاستجابة	التكرارات	النسبة المئوية	كا ²	الدلالة الاحصائية
سرعة رد الفعل تسهم في دقة الضرب الساحق وإيصال الكرة لمنطقة الخصم	نعم	12	75%	12.875	0.002
	لا	1	6.3%		
	نوعا ما	3	18.8%		
	المجموع	16	100%		

تحليل نتائج الجدول السادس و العشريون:

يظهر من خلال نتائج الجدول رقم 26 : أن الاجابة بنعم تحصلت على تكرار 12 من 16 بنسبة 75% في حين أخذت الاجابة ب لا على تكرار 1 من 16 أي بنسبة 6.3% ، و تحصلت الإجابة ب نوعا ما على تكرار 3 من 16 أي ما يعادل نسبة 18.8% .

وقد أخذ اختبار (كا²) قيمة 12.875 وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05.

ومن هنا نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم ,ومنه يتبين لنا بأن معظم المدربين يرون بأن سرعة رد الفعل من طرف اللاعب الضارب تزيد من دقة الضرب الساحق و بالتالي إيصال و وضع الكرة في المكان المناسب مستهدفا المساحات البينية , و سرعة رد الفعل تكون بإستقبال المثيرات و قراءة المتغيرات التي تحدث داخل الملعب و التركيز على اللاعب المعد .

العبرة الرابعة و العشرون : في رأيكم ما مدى مساهمة القدرات التوافقية في وصول الكرة للمساحات البينية في منطقة الخصم و هل تضعون تمارين لتطويرها ؟

الغرض من العبارة: معرفة مدى مساهمة القدرات التوافقية في إيصال الكرة للمساحات البينية في منطقة الخصم و مدى إستعمالهم لتمرين لتطويرها ضمن التدريبات اليومية .

التحليل و الإستنتاج :

بعد فرز إجابات المدربين و تحليلها و جدنا أن أغلبية المدربين أجابوا بأن لإيصال الكرة للمساحات البينية يعتمد على قدرة اللاعب في ضرب الكرة بالقوة التي يحتاجها الوضع المحمومي , كما أن للإرتقاء دور في كشف المساحات البينية و الثغرات و اللاعب الذي يبقي تركيزه عال يستطيع إيجاد نقاط ضعف الخصم و التركيز عليها , كما أن الإستجابة السريعة لأداء المهارة يؤدي إلى إنجاحها , و جاء أيضا في إجاباتهم أن التنسيق الحركي من طرف اللاعب يجعله أكثر دقة في الضرب , في حين وجدنا بأن فئة قليلة أجابوا بأن اللاعب الضارب يحتاج إلى قوة بدنية للإرتقاء و الضرب فقط لإيصال الكرة للمساحات البينية , و بالنسبة لإستخدام تمارين لتطوير القدرات التوافقية فأجاب معظمهم أنها تطور و تنمي من خلال التمارين التي تشمل الجانب البدني و المهاري و لا يستخدمون تمارين توافقية خاصة , و كذلك بالنسبة لمهارة الضرب الساحق منهم من أجاب بأنها مع مرور الوقت و التدريبات المتكررة للمهارات و خاصة مهارة الضرب الساحق يصبح اللاعب يؤديها بطريقة آلية , و هذا دليل على أن المدربين يدركون الدور الكبير الذي تلعبه القدرات التوافقية في تحقيق المستوى الراقي و الناجح و التقدم بلعبة الكرة الطائرة و الرقي و خاصة المهارات الصعبة مثل مهارة الضرب الساحق و لكنهم لا يولونها أهمية في التدريبات و يكتفون بمزجها مع تمارينات أخرى بدنية كانت أو خططية .

2- تحليل و مناقشة و تفسير النتائج في ظل محاور الدراسة:

2-1- المحور الأول : للقدرات التوافقية دور في زيادة دقة إجتيان الضرب الساحق لجدار الصد

جدول رقم 27 : يوضح آراء المدربين حول دور القدرات التوافقية في دقة إجتياز الضرب الساحق لجدار الصد.

الإحصائية	(²)	المنوية				
0.12	6.250	81.3	13		لتقدير الوضع من طرف اللاعب تأثير على اجتياز الكرة لجدار الصد	01
		0	0			
		18.8	3			
0.10	9.125	68.8	11		يعتبر الربط الحركي لمهارة السحق من اسباب اتقانها	02
		12.5	2			
		18.8	3			
0.03	9.000	87.5	14		التوازن صفة ضرورية يتميز بها اللاعب الضارب	03
		0	0			
		12.2	2			
0.22	7.625	62.5	10		يحتاج اللاعب لبذل الجهد المناسب لاداء لمهارة السحق بنجاح و تفادي حائط الصد	04
		6.3	1			
		31.3	5			
0.039	6.500	62.5	10		يحتاج اللاعب القوة البدنية للاداء الحركي لمهارة السحق	05
		12.5	2			
		25	4			
0.002	12.875	75	12		تقدير اللاعب للوقت المناسب لضرب الكرة يؤدي الى اختراق جدار الصد	06
		6.3	1			
		18.8	3			
0.02	12.875	75	12		للاستجابة السريعة تأثير على نجاح الضرب الساحق و بالتالي تفادي حائط الصد	07
		6.3	1			
		18.8	3			
0.03	9.000	87.5	14		عند اداء اللاعب مهارة السحق باتقان و تفادي حائط الصد نلاحظ وجود ايقاع حركي في ادائه	08
		0	0			
		12.5	2			
0.12	6.250	81.3	13		وعي اللاعب الضارب وتقديره للمتغيرات داخل الملعب يساعده على اداء ضرب ساحق موجه ناجح	09
		0	0			
		18.8	3			
0.02	12.875	75	12		سرعة رد الفعل ضرورية في نجاح الضرب الساحق الموجه	10
		6.3	1			
		18.8	3			
0.000	12.250	93.8	15		التمركز الجيد في الملعب يساعد اللاعب الضارب في تفادي حائط الصد	11
		6.3	1			
		0	0			
0.000	30.375	المحور الأول : للقدرات التوافقية دور في زيادة دقة اجتياز الضرب الساحق لجدار الصد .				

الإستنتاج :

من خلال الجدول رقم (28) والذي يحتوي على النتائج الممثلة لعبارات المحور الأول:

يتضح من الجدول أن مجموع قيمة (كا²) للمحور دور القدرات التوافقية في دقة إجتياز الضرب الساحق لجدار الصد هي (30.375)، و هي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (= 0,05) ، كما تبين أن العبارة رقم (1) التي تقول أن " لتقدير الوضع من طرف اللاعب تأثير على اجتياز الكرة لجدار الصد". أخذ إختبار (كا²) فيها قيمة 6.250 و هي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (= 0,05) و كذلك لاحظنا وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم ، وجاءت العبارة رقم (2) " يعتبر الربط الحركي الجيد لمهارة الضرب الساحق من أسباب إتقانها ,بقيمة إختبار (كا²) 9.125 و هي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (= 0,05) و كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة ب نعم أما العبارة (03) " التوازن صفة ضرورية يتميز بها اللاعب الضارب" فكانت لها فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة ب نعم ، كما تبين أن العبارة رقم (04) والعبارة رقم (05) جاء في مضمونهما مدى "إحتياج اللاعب لبذل الجهد المناسب عند أداء مهارة الضرب الساحق " إذ لاحظنا وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة ب نعم , كما إتضح لنا من خلال العبارات (6-7-10) المتمحورة حول دور الإستجابة السريعة أو سرعة رد الفعل في إختراق الكرة لجدار الصد وجدنا أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة ب نعم أي أن عينتنا يقرون بالدور الكبير للإستجابة السريعة في نجاح الضرب الساحق و بالتالي تفادي جدار الصد , و جاء كذلك في العبارة رقم (08) "عند أداء اللاعب مهارة السحق بإتقان و تفادي حائط الصد نلاحظ وجود إيقاع حركي في أدائه" التي أخذت قيمة (كا²) 9.000 و هي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (= 0,05) كما لاحظنا وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة ب نعم , مما يدل أن الإيقاع الحركي عند تأدية مهارة الضرب الساحق ضروري لفعاليتها , و جاء أيضا من خلال العبارات (09-11) حول القدرة على قراءة المتغيرات داخل الملعب و كذا التمرکز الجبد , إذ لاحظنا وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة ب نعم.

و منه نستطيع أن نقول بأن الفرضية التي تقول أن للقدرات التوافقية دور في دقة إجتياز الضرب الساحق لجدار الصد محققة و ذلك من وجهة نظر مدربي الكرة الطائرة لأندية برج بوعرييج .

و هذا يدل على أن مدربي أندية ولاية برج بوعرييج للكرة الطائرة يدركون الدور الذي تلعبه القدرات التوافقية و المتمثلة في (القدرة على تقدير الوضع , القدرة على الربط الحركي , القدرة على بذل الجهد المناسب , القدرة على التوازن , القدرة على الإيقاع الحركي , القدرة على الإستجابة السريعة , القدرة على التكيف مع الأوضاع المتغيرة) وهذا الدور يتجلى من خلال وعي المدربين و إجاباتهم حول عبارات الإستبيان , و للقدرات التوافقية أهمية بالغة

و خاصة في الجانب المهاري لما لها من تأثير على الأداء الحركي و الفني و التكتيكي في الكرة الطائرة و قمت بربط القدرات التوافقية بالضرب الساحق لأنها مهارة صعبة تحتاج لمثل هذه القدرات لتؤدي بطريقة سليمة و ناجحة و بالتالي إحتراقها لجدار الصد و نلمس ذلك في الدراسة التي أجراها طارق محمد خليل الجمال و كان من ضمنها وجود قدرات خاصة بلاعبي رياضة الهوكي , كما حدد الكاتب "ريتير أنفيورغ" الأهمية البالغة للقدرات التوافقية كونها تعمل على تقليل الزمن اللازم لتعلم الرياضي المهارات الحركية و الاقتصاد في الجهد المبذول خلال التنفيذ , كما أنها تساعد الرياضي على الإستخدام السريع و الهادف للمهارات الرياضية في الشروط و المواقف المتغيرة¹ , و يشير محمد صبحي حسانين و حمدي عبد المنعم أن لاعب الكرة الطائرة يقوم بعمل ما يزيد على (200) قفزة في المباراة الواحدة ، وعادة ما تكون هذه القفزات بمعدلات ثابتة وقريبة من الحد الأقصى للقفز لذلك يتطلب عند أداء مهارة الضرب الساحق توافق عصبي عضلي وكذلك درجة كبيرة من الدقة عند إرسال الكرة إلى ساحة الخصم مخترقة حائط الصد للفريق المنافس وبقوة وانسيابية في الحركة عند ضرب الكرة⁽²⁾.

1- ريتير، انفيورغ. (2004) نفس المرجع السابق. ص 11. ص 12

2- محمد صبحي حسانين وحمدي عبد المنعم : نفس المرجع السابق ، 1996 ، ص 392.

جدول رقم 28: دور القدرات التوافقية في نجاح وصول الضرب الساحق للمساحات البيئية.

الإحصائية	2	المنوية			
0.02	12.875	75	12		01
		6.3	1		
		18.8	3		
0.012	6.250	81.3	13		02
		0	0		
		18.8	3		
0.000	21.125	87.5	14		03
		6.3	1		
		6.3	1		
0.000	16.625	81.3	13		04
		12.5	2		
		6.3	1		
0.000	21.125	87.5	14		05
		6.3	1		
		6.3	1		
0.000	12.250	93.8	15		06
		6.3	1		
		0	0		
0.03	9.000	87.5	14		07
		12.5	12.5		
		0	0		
0.002	12.875	75	12		08
		6.3	1		
		18.8	3		
0.003	9.000	87.5	14		09
		0	0		
		12.5	2		
0.003	9.000	87.5	14		10
		0	0		
		12.5	2		
0.002	12.875	75	12		11
		6.3	1		
		18.8	3		
0.000	30.250	المحور الثاني : للقدرات التوافقية دور في نجاح وصول الضرب الساحق للمساحات البيئية			

2-2- المحور الثاني: للقدرات التوافقية دور في نجاح وصول الضرب الساحق للمساحات البيئية.

الإستنتاج:

من خلال الجدول رقم (28) والذي يحتوي على النتائج الممثلة لعبارات المحور الثاني :

يتضح من الجدول أن مجموع قيمة (كا²) للمحور للقدرات التوافقية دور في نجاح وصول الضرب الساحق للمساحات البيئية هي (21.125)، و هي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0,05$) ، كما تبين أن العبارتين رقم (10-01) المتمحورة حول " دور بذل الجهد المناسب في إيصال الكرة للمساحات البيئية " وجدنا أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية للقيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم ، وجاء في مضمون العبارتين رقم (05-02) " دور التكيف مع الاوضاع و قراءة المتغيرات داخل الملعب في إيصال الكرة للمساحات البيئية " ، وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة ب نعم ، أما العبارتين (11-03) المتمحورتين حول دور " الإستجابة السريعة في زيادة القدرة على الضرب الساحق و إيجاد الثغرات في منطقة الخصم " فكانت لهما فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة ب نعم ، ونلاحظ كذلك من خلال العبارتين (07-04) حول " القدرة على الإرتقاء و التوازن " أن لهما فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم ، كما تبين من خلال العبارة رقم (06) " أداء مهارة الضرب الساحق بإيقاع حركي تساهم في نجاحه و إيجاد الثغرات " أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم و كذلك من خلال العبارة رقم (08) " الربط الحركي عند أداء مهارة السحق له دور في وصول الكرة للمساحات البيئية " تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم ، و من خلال العبارة رقم (09) " فشل مهارة السحق و خروج الكرة من الملعب راجع إلى عدم تمتع اللاعب بالدقة " لاحظنا وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى و هي الإجابة بنعم .

و منه نستطيع أن نقول بأن الفرضية التي تقول أن للقدرات التوافقية دور في نجاح وصول الضرب الساحق للمساحات البيئية محققة وذلك من وجهة نظر مدربي الكرة الطائرة لأندية برج بوعرييج .

و هذا يدل على أن القدرات التوافقية و المتمثلة في (القدرة على تقدير الوضع ، القدرة على الربط الحركي ، القدرة على بذل الجهد المناسب ، القدرة على التوازن ، القدرة على الإيقاع الحركي ، القدرة على الإستجابة السريعة ، القدرة على التكيف مع الأوضاع المتغيرة) لها دور كبير في وصول الكرة للمساحات البيئية و إصابة الثغرات في منطقة الخصم ، وهذا الدور يتجلى من خلال وعي المدربين و إجاباتهم حول عبارات الإستبيان ، حيث يظهر ذلك من خلال القدرة على الإستجابة السريعة التي تمنح للاعب القدرة على المباغتة و بالتالي إيصال الكرة للثغرات في منطقة الخصم و كذلك التكيف مع الأوضاع المتغيرة يسمح للاعب الوقوف على كافة المتغيرات التي تحدث داخل الملعب و كذا إستغلالها و إيصال الكرة للمساحات البيئية و نجد أيضا القدرة على بذل الجهد المناسب و إعطاء

الكرة القوة اللازمة التي من خلالها يمكن للاعب أداء مهارة الضرب الساحق في المنطقة التي يريدها و التي توجد فيها ثغرات و هذا ما توافق مع الكاتب "ريتر أنفبورغ" الذي حدد القدرات التوافقية في 7 قدرات و ذكر أهميتها ووجوب تدريبها لما لها من أهمية كبيرة في الجانب المهاري و خاصة الضرب الساحق و كذلك دراسة عبد الرحمن حسين إبراهيم الذي توصل إلى أنه توجد علاقة بين الضرب الساحق و المساحات البينية و التي نلمسها من خلال فرضيتنا التي تثبت و جود دور كبير للقدرات التوافقية في دقة وصول الكرة للمساحات البينية و مختلف مراكز اللعب من خلال القدرة على الإستجابة السريعة و تقدير الوضع و كذا التكيف مع الأوضاع المتغيرة و التوازن و الإيقاع الحركي.

الفصل الخامس

استنتاجات واقتراحات

1- إستنتاجات عامة :

عند انطلاقنا في دراستنا هذه حاولنا قدر الإمكان توقع النتائج التي يمكن الوصول إليها فمنها ما تأكدنا منه فعلا وتمثل في فرضيات البحث، حيث أثبتنا صحتها ومنها ما اكتشفناه خلال فترة إنجازنا للبحث و من بين الإستنتاجات نذكر:

- ✓ التعرف على القدرات التوافقية الخاصة بلاعبي الكرة الطائرة و خاصة اللاعب الضارب في مهارة الضرب الساحق وهي : القدرة علي تقدير الوضع - القدرة علي الربط الحركي - القدرة علي بذل الجهد المناسب - القدرة علي الإيقاع الحركي - القدرة علي الاستجابة السريعة - القدرة علي التكيف مع الأوضاع المتغيرة- القدرة علي التوازن .
- ✓ تحقق الفرضية الأولى التي تمحورت حول دور القدرات التوافقية في زيادة دقة إجتياز الضرب الساحق لجدار الصد و التي دلت مجملها على الدور الفعال الذي تلعبه القدرات التوافقية في زيادة الدقة الحركية , و التي تكتسب وتنمى من خلال إكتساب اللاعب لهذه القدرات مما يساهم في إختراق و تفادي حائط الصد و هذه القدرات هي القدرة علي تقدير الوضع - القدرة علي الربط الحركي - القدرة علي بذل الجهد المناسب - القدرة علي الإيقاع الحركي - القدرة علي الاستجابة السريعة - القدرة علي التكيف مع الأوضاع المتغيرة- القدرة علي التوازن ..
- ✓ تحقق الفرضية الثانية التي تمحورت حول دور القدرات التوافقية في نجاح وصول الضرب الساحق للمساحات البينية حيث تم فيها التطرق الى القدرات السبعة و هي: القدرة علي تقدير الوضع - القدرة علي الربط الحركي - القدرة علي بذل الجهد المناسب - القدرة علي الإيقاع الحركي - القدرة علي الاستجابة السريعة - القدرة علي التكيف مع الأوضاع المتغيرة- القدرة علي التوازن , وفيها تم إثبات صحة الفرضية من خلال إجابات المدربين أغلبيتهم بنعم على جميع عبارات المحور الثاني و منه تم استنتاج أن القدرات التوافقية لها دور فعال في وصول الكرة للمساحات البينية و الثغرات الموجودة في منطقة الخصم.
- ✓ كما أن القدرات التوافقية تمكن اللاعب من التصرف السريع والمناسب للحدث بشكل عام و تعلم و جودة تأدية الحركات والاقتصاد في الجهد المبذول لتحقيق الانجاز الرياضي بشكل خاص.

و من كل هذا و بعد تحقق الفرضيتين يمكننا القول بأن الفرضية العامة القائلة بأن " للقدرات التوافقية دور في تحسين دقة الضرب الساحق في الكرة الطائرة " محققة و هذا من وجهة نظر مدربي الكرة الطائرة بولاية برج بوعريريج , أي أن إن القدرات التوافقية أثبتت أهميتها في الكثير من الفعاليات الرياضية و أصبحت الركن الثالث للقدرات الحركية و لهذا نرى أن تطورها سيصب إيجابيا في تطور المستوى العام للرياضي تعد الدقة عنصر هام في الكرة الطائرة إذ هي من العناصر المهمة في المباراة لتحقيق الفوز لما لها من دور في أخذ النقاط والسيطرة على المباراة ثم الفوز بها وليس للقوة فائدة إذا ما افتقرت إلى الدقة الحركية.

2- إقتراحات:

- في ضوء النتائج التي أسفرت عنها هذه الدراسة توصلنا إلى عدة إقتراحات وهي كما يلي :
- ✓ إستغلال القدرات التوافقية الخاصة بلاعبي الكرة الطائرة وإختباراتها للوقوف على مستوى الحالة التدريبية للاعبين.
 - ✓ يوصى الباحث بضرورة الإهتمام بتوجيه التدريب للقدرات التوافقية الخاصة للمراحل السنوية الصغرى لناشئي الكرة الطائرة لأداء المهارات الأساسية بصورة جيدة وخاصة المهارات الحركية المركبة التي تتميز بدرجة من الصعوبة.
 - ✓ الإعتماد على القدرات التوافقية لمعيار إنتقاء اللاعبين الناشئين في لعبة الكرة الطائرة .
 - ✓ يوصى الباحث بضرورة الإهتمام بتوجيه التدريب للقدرات التوافقية الخاصة لجميع الفئات حيث أنها تؤهل اللاعب لأداء المهارات الأساسية بصورة جيدة وخاصة المهارات الحركية المركبة التي تتميز بدرجة من الصعوبة في لعبة الكرة الطائرة.
 - ✓ إدماج تمارين توافقية خاصة بكل قدرة ضمن البرنامج السنوي التدريبي , و ذلك لأهميتها في جودة الأداء المهاري.
 - ✓ أن يكون هدف التعليم والتدريب في مجال رياضة الكرة الطائرة بناء على القدرات التوافقية الخاصة لرفع مستوى فاعلية الأداء للمبتدئين , وإعتبارها هدفاً أساسياً تجند طاقات التدريب وأساليبه لمواكبة المستويات العالمية لفرقنا الوطنية , حيث أن التدريب وسيلة إلى غاية وليس غاية في حد ذاته.
 - ✓ الإهتمام بتنمية مكونات القدرات التوافقية ووضعها على شكل تمارين متدرجة تلائم خصائص النمو للمبتدئين.
 - ✓ إجراء دراسات مماثلة على مناطق أخرى قصد معرفة آراء المدربين حول دور القدرات التوافقية في تحسين المهارات الأساسية في الكرة الطائرة و تعميمها على الرياضات الأخرى .

3- الآفاق المستقبلية للدراسة:

و في الأخير يمكننا القول أن هذه الدراسة تبقى في إطار بحث علمي , و عليه نأمل ألا تتوقف لأن البحث العلمي حلقة متواصلة غير منتهية , بل يبقى المجال مفتوحا للباحثين طالما أن الموضوع جديد فيمكن تناوله من جوانب أخرى توصل إلى نتائج ربما لم نصل إليها في هذا البحث.

وبعد إستعراضنا للنقاط السابقة رأينا أنه من الضروري الإشارة إلى بعض النقاط لتسهيل العمل على الذين يريدون البحث في مثل موضوعنا و هي كالتالي:

- ✓ إجراء دراسة مماثلة للدراسة الحالية في رياضات أخرى فردية كانت أو جماعية.
- ✓ إجراء دراسة مماثلة على نوادي أخرى محاولة لنشر القدرات التوافقية في مجتمع المدربين.
- ✓ إجراء دراسة تمس مختلف المهارات الحركية الأساسية في الكرة الطائرة .
- ✓ إجراء دراسات تجريبية على مختلف الفئات للوقوف على القدرات التوافقية الخاصة بكل نشاط.
- ✓ الوصول إلى إدخال مختلف القدرات التوافقية ضمن برنامج إنتقاء الناشئين.

قائمة المراجع

والمصادر

4- المراجع المعتمدة في الدراسة:

4-1- المصادر :

4-1-1- القرآن الكريم

- سورة الرعد، الآية 11

- سورة النحل، الآية 08

- سورة النمل الآية 19

4-1-2- قائمة المعاجم و القواميس:

- إبراهيم الأبياري : التعريفات علي بن محمد بن علي الجرجاني تحقيق : دار الكتاب العربي - بيروت الطبعة الأولى ، 1984 .

- أبي البقاء الكفوى: كتاب الكليات معجم في المصطلحات والفروق اللغوية ، تحقيق عدنان درويش - محمد المصري مؤسسة الرسالة - بيروت - 1998 .

- جبران مسعود : الرائد ، معجو لغوي عصري ، دار العلم للملايين ، ط7 , 1992 .

4-2- قائمة المراجع باللغة العربية:

1- ابو العلا احمد عبد الفتاح : التدريب الرياضي الأسس الفسيولوجية ، دار الفكر العربي ، ط1 ، القاهرة ، 1997 .

2- حنا بولس وفاضل علي : مبادئ التدريب الرياضي ، المؤسسة العامة للمطبوعات والكتب المدرسية ، ط1 ، سوريا 1988 .

3- رنجي مصطفى عليان، عثمان محمد غنيم، مناهج وأساليب البحث(النظرية التطبيقية)، دار صفاء للنشر والتوزيع، ط1، عمان، الأردن، 2000 .

4- ريتز انفبورغ : مدخل إلى نظريات وطرق التدريب العامة، ترجمة يورغن شلايف، كلية التربية الرياضية، جامعة لايبزغ، ألمانيا 2004 .

5- زكي محمد حسن: الكرة الطائرة ، بناء المهارات الفنية والخططية ، الاسكندرية: دار المعارف ، 1998 .

6- ساري احمد حمدان و نورما عبد الرزاق سليم : اللياقة البدنية والصحية ، دار وائل للطباعة والنشر، ط1، مصر، 2001 .

7- سامي ملحم :مناهج البحث في التربية و علم النفس، دار المسيرة لنشر، ط1 ،الأردن ، 2000 .

- 8- سعد محمد قطب و لؤي غانم الصميدعي : الكرة الطائرة بين النظرية و التطبيق, مطبعة التعليم العالي, ط1, الموصل , 1985.
- 9- سعد محمد قطب و لؤي غانم الصميدعي : الكرة الطائرة بين النظرية والتطبيق , مكتبة بسام , الموصل , 1985
- 10- عبد الحسن محمد : تأثير ادارة المباريات على التغييرات البيولوجية لمدربي الكرة الطائرة ، دار الوفاء للعالميا للطباعة والنشر ، ط1, الاسكندرية ، 2006.
- 11- عبد الله محمد الشريف، مناهج البحث العلمي، مكتبة ومطبعة الإشعاع العالمية، ط1، 1996.
- 12- عقيل الكاتب: في كتاب التدريب ، مطبعة جامعة بغداد، الطبعة 1، بغداد، 1980.
- 13- عقيل الكاتب: الكرة الطائرة التدريب والخطط الجماعية واللياقة البدنية ، مطبعة التعليم العالي ط1 ، بغداد: ، 1988 .
- 14- علي مصطفى طه و احمد عبد الدائم ، دليل المدرب في الكرة الطائرة ، تخطيط ، اختبارات ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1999 .
- 15- علي مصطفى طه: الكرة الطائرة تاريخ- تعليم- تدريب- تحليل- قانون، دار الفكر العربي، ط1، مصر، 1999.
- 16- قاسم حسن حسين ومنصور العنكي : اللياقة البدنية وطرق تحقيقها ، بغداد ، 1988 ، ص 308
- 17- لؤي غانم الصميدعي : البايوميكانيك و الرياضة ، دار الكتب، الموصل، 1987 .
- 18- محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان : القياس في التربية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة 1988.
- 19- محمد حسن علاوي: في كتاب الأسس العلمية للكرة الطائرة ، دار الفكر العربي ، الطبعة 1، القاهرة ، 1996
- 20- محمد سعد زغلول و محمد لطفي السيد: الاسس الفنية لمهارات الكرة الطائرة ، المعلم والمدرب ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2001.
- 21- محمد صبحي حسانين : التقويم والقياس في التربية البدنية ، دار الفكر العربي ، ط2 ، مصر، 1987 .
- 22- محمد صبحي حسانين : القياس والتقويم في التربية الرياضية ، دار الفكر العربي، الجزء 1 ، القاهرة 2001
- 23- محمد صبحي حسانين وحمدي عبد المنعم : الاسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس ، مركز الكتاب للنشر، ط1 ، القاهرة ، 1996.
- 24- مروان عبد الحميد : الموسوعة العلمية للكرة الطائرة مهارات - خطط - اختبارات بدنية ومهارية - قياسات جسمية - انتقاء - معاقين - تحكيم ، مؤسسة الوراق للنشر ، ط1، عمان ، 2001.
- 25- مروان عبد الحميد إبراهيم، أسس البحث العلمي في إعداد الرسائل الجامعية، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، ط1، عمان، الأردن، 2000.

- 26- مقدم عبد الحفيظ، الإحصاء النفسي والتربوي، الديوان الوطني للمطبوعات الجامعية، ط1، الجزائر، 1993.
- 27- ناهدة عبد زيد الدليمي: أساسيات في التعلم الحركي، دار الضياء للطباعة والنشر، النجف الاشرف، 2008.
- 28- نجاح مهدي شلش ومازن عبد الهادي: مبادئ التعلم الحركي، دار الضياء للطباعة والنشر، النجف الاشرف، 2010.
- 29- هارة : أصول التدريب الرياضي، مطبعة جامعة الموصل ط2(ترجمة)عبد علي نصيف، الموصل ، 1990.
- 30- وجيه محجوب: التعلم الحركي، دار الفكر للطباعة والنشر، الموصل، 1989.

4-3- قائمة المراجع باللغة الأجنبية:

31 - Jean Marie stine ;Duble your Brai power , 1997.

32 -sandotific . G: ((Hiting)) Volleyball , volume 7 , Gam publishing jum, Colorado. 1996.

4-4- قائمة الرسائل و الأطروحات :

- 1- جمال أبو بشارة : أثر برنامج تدريبي مقترح على تطوير مستوى القدرات التوافقية لدى ناشئ كرة القدم , رسالة دكتوراه , جامعة طولكرم , فلسطين , 2010.
- 2- خالد فريد : تأثير برنامج تمارين نوعية لتنمية القدرات التوافقية على بعض مظاهر الانتباه ومستوى الأداء الفني لناشئ رياضة الجو دو , رسالة ماجستير , غير منشورة , جامعة الزقازيق , مصر , 2007.
- 3- سعد محسن اسماعيل : تأثير اساليب تدريبية لتنمية القوة الانفجارية للرجلين والذراعين في دقة التصويب بالقفز عالياً في كرة اليد , اطروحة دكتوراه , جامعة بغداد , كلية التربية الرياضية , 1996.
- 4- طارق محمد خليل الجمال : تأثير القدرات التوافقية الخاصة على مستوى الأداء المهاري لناشئ هوكي الميدان , رسالة ماجستير , غير منشورة , جامعة المنوفية , جمهورية مصر العربية , 2005.
- 5- عبد الرحمان حسين ابراهيم : دراسة تحليلية للضرب الساحق وعلاقته بالمساحات البينية لمراكز اللعب في مباريات المستويات العليا في الكرة الطائرة , رسالة دكتوراه , غير منشورة , جامعة أم القرى , المملكة العربية السعودية 2005.
- 6- محمود محمد عبد الستار: "تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات التوافقية الخاصة لناشئ كرة القدم". رسالة دكتوراه. جامعة المنصورة , 2007.

الملاحق
الامم

قائمة المحكمين

أسماء المحكمين	الدرجة العلمية	الوظيفة
د.امال محمد ابراهيم	استاذة دكتوراه	أستاذة محاضرة قسم الإدارة الرياضية كلية التربية البدنية والرياضية- جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا -
د.وسام الشبخلي	دكتوراه	مدير الأكاديمية العلمية للبحث والتدريب - بريطانيا-
د.يوسف ورنيق	دكتوراه	أستاذ مساعد بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية- مسيلة -
د.بن سالم سالم	دكتوراه	أستاذ محاضر بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية - مسيلة -
د.بجاوي فاضلي	دكتوراه	أستاذ محاضر بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية - مسيلة -

الملحق (01) : استمارة تحكيم

استمارات الاستطلاع

اسم الأستاذ الفاضل:.....

الوظيفة:.....

إستمارة تحكيم

السيد : الأستاذ - الدكتور

تحية طيبة وبعد

الاستمارة المعروضة على سيادتكم بشأن استطلاع رأيكم و تحكيم الاستبيان المعروض بين أيديكم
المشرف و الطلبة يشكران مسبقا تفضلكم بالتعاون العلمي وإثراء البحث .

عنوان البحث : دور القدرات التوافقية في تحسين دقة الضرب الساحق بالكرة الطائرة (دراسة

ميدانية على مدربي اندية ولاية برج بوعرييج).

الدرجة العلمية: ماستر

المشرف: د . منجحي مخلوف

ويأمل الطلبة من سيادتكم التفضل بالمساعدة في استكمال خطوات وإجراءات بناء القائمة المنشودة من

حيث :

أولاً: مدى مناسبة المحاور المقترحة.

ثانياً: إضافة أو حذف أو تعديل المحاور.

ثالثاً: مدى سلامة صياغة العبارات المقترحة.

رابعاً: مدى مناسبة العبارات لكل محور.

خامساً: مدى ارتباط كل عبارة بالمحور نفسه (انتماء العبارة للمحور).

الفرضية الأولى : للقدرات التوافقية دور في زيادة دقة اجتياز الضرب الساحق لجدار الصد.

الفرضية الثانية : للقدرات التوافقية دور في نجاح وصول الضرب الساحق للمساحات البيئية.

المحور 01 (الفرضية 01): للقدرات التوافقية دور في زيادة دقة اجتياز الضرب الساحق لجدار الصد

مدى ارتباط العبارة بالمحور		مدى مناسبة العبارة			المحور الأول :	
مرتبطة	غير مرتبطة	أرى التعديل	غير مناسبة	مناسبة		
					لتقدير الوضع من طرف اللاعب تأثير على اجتياز الكرة لجدار الصد	01
					نعم لا نوعا ما	
					يعتبر الربط الحركي لمهارة السحق من اسباب اتقانها	02
					نعم لا نوعا ما	
					التوازن صفة ضرورية يتميز بها اللاعب الضارب	03
					نعم لا نوعا ما	
					يحتاج اللاعب لبذل الجهد المناسب لاداء مهارة السحق	04
					نعم لا نوعا ما	
					يحتاج اللاعب القوة البدنية للاداء الحركي لمهارة السحق	05
					نعم لا نوعا ما	
					تقدير اللاعب للوقت المناسب لضرب الكرة يؤدي الى اختراق جدار الصد	06
					نعم لا نوعا ما	
					للاستجابة السريعة تأثير على نجاح الضرب الساحق و بالتالي تفادي حائط الصد	07
					نعم لا نوعا ما	
					عند اداء اللاعب مهارة السحق باتقان و تفادي حائط الصد نلاحظ وجود ايقاع حركي في ادائه	08
					نعم لا نوعا ما	

					وعي اللاعب الضارب وتقديره للمتغيرات داخل الملعب يساعده على اداء ضرب ساحق ناجح	09
					نعم لا نوعا ما	
					سرعة رد الفعل ضرورية في نجاح الضرب الساحق	10
					نعم لا نوعا ما	
					التمركز الجيد في الملعب يساعد اللاعب الضارب في تفادي حائط الصد	11
					نعم لا نوعا ما	

المحور 02 (الفرضية 02): للقدرات التوافقية دور في نجاح وصول الضرب الساحق للمساحات البيئية.

مدى إرتباط العبارة بالمحور		مدى مناسبة العبارة			المحور الثاني :	
غير مرتبطة	مرتبطة	أرى التعديل	غير مناسبة	مناسبة		
					لبذل الجهد المناسب خلال عملية الضرب الساحق دور في وصول الكرة للمساحات البيئية	01
					نعم لا نوعا ما	
					للقدرات التوافقية للاعب دور في قراءة المتغيرات داخل الملعب	02
					نعم لا نوعا ما	
					الاستجابة السريعة تزيد القدرة على الضرب الساحق و ايجاد الثغرات في منطقة الخصم	03
					نعم لا نوعا ما	

				القدرة على الارتقاء تؤدي الى كشف المساحات البيئية في منطقة المنافس	04
				نوعا ما لا نعم	
				التكيف مع الاوضاع يسهم في دقة اوصول الكرة الى المكان المناسب.	05
				نوعا ما لا نعم	
				اداء مهارة السحق بايقاع حركي تساهم في نجاحه و ايجاد الثغرات .	06
				نوعا ما لا نعم	
				التوازن صفة ضرورية يتمتع بها اللاعب الضارب عند اداء سحق ناجح .	07
				نوعا ما لا نعم	
				الربط الحركي عند اداء مهارة السحق له دور في وصول الكرة للمساحات البيئية .	08
				نوعا ما لا نعم	
				فشل مهارة السحق و خروج الكرة من الملعب راجع الى عدم تمتع اللاعب بالدقة .	09
				نوعا ما لا نعم	
				وصول الكرة للمساحات البيئية له علاقة بالقوة في ضرب الكرة	10
				نوعا ما لا نعم	
				سرعة رد الفعل تسهم في دقة الضرب الساحق و اوصول الكرة لمنطقة الخصم .	11
				نوعا ما لا نعم	

إستبيان

بسم الله الرحمن الرحيم

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة - مسيلة -

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

الدراسات العليا / الماستر

بسم الله الرحمن الرحيم

استمارة استبيان موجهة لمدربي الكرة الطائرة لاندية
برج بوعريريج لتحديد دور القدرات التوافقية في تحسين
دقة الضرب الساحق في الكرة الطائرة .

يود الباحث استطلاع آرائكم ضمن إجراءات بحثه الموسوم (دور القدرات التوافقية في تحسين
دقة الضرب الساحق بالكرة الطائرة) وهو جزء من متطلبات الحصول على درجة الماستر تخصص
تحضير بدني وذهني ونظراً لما يتطلبه البحث العلمي من الاستعانة في مجال تخصصاتكم حول دور
استخدام هذه القدرات التوافقية في زيادة دقة اجتياز الضرب الساحق لحائط الصد و في نجاح
وصول الكرة للمساحات البينية .

إستبيان

مديرينا الكرام نوجه لكم الاستمارة ونطلب منكم الإجابة على هذه الأسئلة بكل موضوعية من أجل التوصل إلى نتائج دقيقة تفيد دراستنا، إن مساهمتكم هاته ستحظى بطابع الأمانة والسرية التامة. شكرا على مساهمتكم ومساعدتكم ملاحظة: توضع علامة (X) في الخانة المناسبة.

المحور الاول : للقدرات التوافقية دور في زيادة دقة اجتياز الضرب الساحق لجدار الصد

نوعا ما	لا	نعم	العبارات
			1. لتقدير الوضع من طرف اللاعب تأثير على اجتياز الكرة لجدار الصد
			2. يعتبر الربط الحركي لمهارة السحق من اسباب اتقانها
			3. التوازن صفة ضرورية يتميز بها اللاعب الضارب
			4. يحتاج اللاعب لبذل الجهد المناسب لاداء مهارة السحق بنجاح و تفادي حائط الصد
			5. يحتاج اللاعب القوة البدنية للاداء الحركي لمهارة السحق
			6. تقدير اللاعب للوقت المناسب لضرب الكرة يؤدي الى اختراق جدار الصد
			7. للاستجابة السريعة تأثير على نجاح الضرب الساحق و بالتالي تفادي حائط الصد
			8. عند اداء اللاعب مهارة السحق باتقان و تفادي حائط الصد نلاحظ وجود ايقاع حركي في ادائه
			9. وعي اللاعب الضارب وتقديره للمتغيرات داخل الملعب يساعده على اداء ضرب ساحق ناجح
			10. سرعة رد الفعل ضرورية في نجاح الضرب الساحق
			11. التمرکز الجيد في الملعب يساعد اللاعب الضارب في تفادي حائط الصد

إستبيان

12. في رأيكم هل تعتبر القدرات التوافقية صفة يتمتع بها اللاعب الضارب عند اداء

الضرب الساحق و هل تسهم في اختراق جدار الصد

.....؟

.....

.....

المحور الثاني : للقدرات التوافقية دور في نجاح وصول الضرب الساحق للمساحات البيئية ؟

نوعا ما	لا	نعم	العبارات
			1. لبذل الجهد المناسب خلال عملية الضرب الساحق دور في وصول الكرة للمساحات البيئية
			2. للقدرات التوافقية للاعب دور في قراءة المتغيرات داخل الملعب
			3. الاستجابة السريعة تزيد القدرة على الضرب الساحق و ايجاد الثغرات في منطقة الخصم
			4. القدرة على الارتقاء تؤدي الى كشف المساحات البيئية في منطقة المنافس
			5. التكيف مع الاوضاع يسهم في دقة اوصول الكرة الى المكان المناسب
			6. اداء مهارة السحق بايقاع حركي تساهم في نجاحه و ايجاد الثغرات
			7. التوازن يسمح للاعب الضارب إيصال الكرة للمساحات البيئية بدقة .
			8. الربط الحركي عند اداء مهارة السحق له دور في وصول الكرة للمساحات البيئية
			9. فشل مهارة السحق و خروج الكرة من الملعب راجع الى عدم تمتع اللاعب بالدقة
			10. وصول الكرة للمساحات البيئية له علاقة بالقوة في ضرب الكرة
			11. سرعة رد الفعل تسهم في دقة الضرب الساحق وايصال الكرة لمنطقة الخصم

إستبيان

12. في رأيكم ما مدى مساهمة القدرات التوافقية في وصول الكرة للمساحات البينية في

منطقة الخصم و هل تضعون تمارين لتطويرها ؟

.....

.....

.....

.....

.....

المخلص
الملك

عنوان الدراسة:

"دور القدرات التوافقية في تحسين دقة الضرب الساحق في الكرة الكائرة"، دراسة ميدانية على أندية ولاية برج بوعرييج.

هدف الدراسة:

✓ التعرف على دور القدرات التوافقية في دقة إجتياز الكرة لجدار الصد عند أداء مهارة الضرب الساحق

✓ التعرف على دور القدرات التوافقية في وصول الضرب الساحق للمساحات البينية.

مشكلة الدراسة:

هل للقدرات التوافقية دور في تحسين دقة الضرب الساحق في الكرة الطائرة؟

الفرضية العامة:

للقدرات التوافقية دور في تحسين دقة الضرب الساحق في الكرة الطائرة .

الفرضيات الجزئية:

✓ للقدرات التوافقية دور في زيادة دقة اجتياز الضرب الساحق لجدار الصد .

✓ للقدرات التوافقية دور في نجاح وصول الضرب الساحق للمساحات البينية .

عينة الدراسة:

العينة كانت قصدية ومتكونة من (16) مدربا لمختلف نوادي برج بوعرييج للكرة الطائرة.

المنهج المتبع:

استعملنا المنهج الوصفي بأسلوب المسح الشامل لأنه الأنسب لمثل هذه المواضيع، وإخضاع الدراسة للتحليل الدقيق.

الأدوات المستخدمة في البحث:

✓ إستمارة إستبيان موجهة لمدربي أندية ولاية برج بوعرييج للكرة الطائرة.

النتائج المتوصل إليها:

✓ تحقق الفرضية الأولى التي تمحورت حول دور القدرات التوافقية في زيادة دقة إجتياز الضرب الساحق لجدار الصد

✓ تحقق الفرضية الثانية التي تمحورت حول دور القدرات التوافقية في نجاح وصول الضرب الساحق للمساحات البينية

✓ أن القدرات التوافقية تمكن اللاعب من التصرف السريع والمناسب للحدث بشكل عام و تعلم وجودة تأدية الحركات

والاقتصاد في الجهد المبذول لتحقيق الانجاز الرياضي بشكل خاص.

التوصيات والاقتراحات:

✓ إستغلال القدرات التوافقية الخاصة بلاعبي الكرة الطائرة وإختباراتها للوقوف على مستوى الحالة التدريبية للاعبين

✓ يوصى الباحث بضرورة الإهتمام بتوجيه التدريب للقدرات التوافقية الخاصة للمراحل السنية الصغرى لناشئي الكرة الطائرة

لأداء المهارات الأساسية بصورة جيدة وخاصة المهارات الحركية المركبة التي تتميز بدرجة من الصعوبة

✓ الإعتماد على القدرات التوافقية لمعيار إنتقاء اللاعبين الناشئين في لعبة الكرة الطائرة.

✓ إدماج تمارين توافقية خاصة بكل قدرة ضمن البرنامج السنوي التدريبي , و ذلك لأهميتها في جودة الأداء المهاري

✓ الإهتمام بتنمية مكونات القدرات التوافقية ووضعها على شكل تمارين متدرجة تلائم خصائص النمو للمبتدئين.